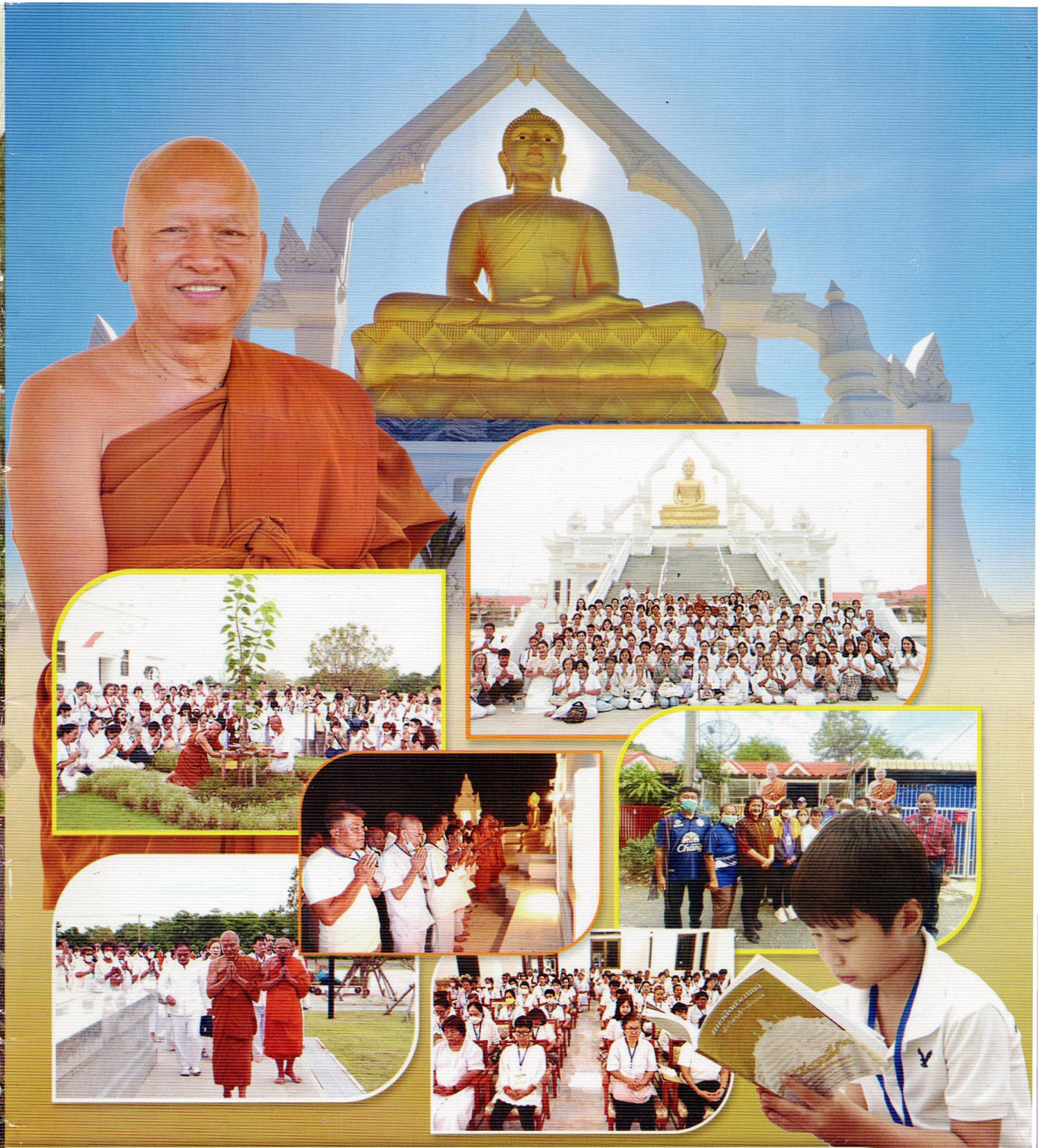


พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

พุทธสถาน ลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

ฉบับที่ ๒๔/๒๕๖๖ ตุลาคม - ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

www.srisuvarnabhumibuddhist.com

๗๐ ปี วัฒนายุกาล

พระราชวิสุทธิประชานาถ (อลงกต ติกฺขปญฺโญ)

สี่สิบสี่ปีในพระพุทธศาสน์
ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาคสามบวร
ปีสามเก้าเป็น **"พระครู"** รู้กระฉ่อน
วัดพระบาทน้ำพุ สุธาธาร
นานร่วมสามสิบเอ็ดปีพลีชีวิต
หวังให้คนเป็นโรคร้ายหายตรอมตรม
ความดีนั้นจึงสาดสายประกายกล้า
กลับคืนสู่เมตตาธรรมน้อมจำนง
บัดนี้อายุหลวงพ่อครบเจ็ดสิบ
คะนึงคุณอุ่นอบขึ้นทบทวน
ขอคุณพระรัตนตรัยวิไลเลิศ
ให้หลวงพ่ออลงกตพรตสมภาร
เจริญจตุรพิธพรพร้อม
ประสบสิ่งประเสริฐศรีปรีดาดล

"พระราชวิสุทธิประชานาถ" นามนุสรณ์
"พระอุดมประชาทร" แต่ก่อนกาล
ชื่อ **"อาทรประชานาถ"** พิลาสสถาน
นามขนานการอำนวยช่วยสังคม
ยอมอุทิศสละชื่นแม้ขื่นขม
ได้ภิรมย์ธรรมรสปลดห่วงปลง
คล้องศรัทธาประชาชนมืดมนหลง
สืบประสงค์อนุเคราะห์ให้เหมาะควร
เป็นปีทิพย์เก้าธันวาพาหอมหวน
ทุกภาคส่วนคารวะปฏิการ
จงชูเชิดชัยวิชิตประสิทธิ์สาร
เกษมศานต์แดนละโว้ศักดิ์โสภณ
อารักษ์ล้อมกายใจในทุกหน
ครอบมงคลครองชีวาตม์สมมาดเทอญ ฯ

(ผู้ประพันธ์ : พันเอกศรัณยภูมิ ผู้พึ่ง)

โครงการ พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

มูลนิธิพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

ฉบับที่ ๒๔/๒๕๖๖ ตุลาคม - ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิเป็นสถานที่ศึกษาอบรมปฏิบัติธรรม บำเพ็ญบุญกุศลตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเรื่องบุญกิริยาวัตถุ ทาน ศีล ภาวนา ที่**เจ้าคุณพระราชวิสุทธิประชานาถ** (หลวงพ่ออลงกต) ดำริให้สร้างขึ้น

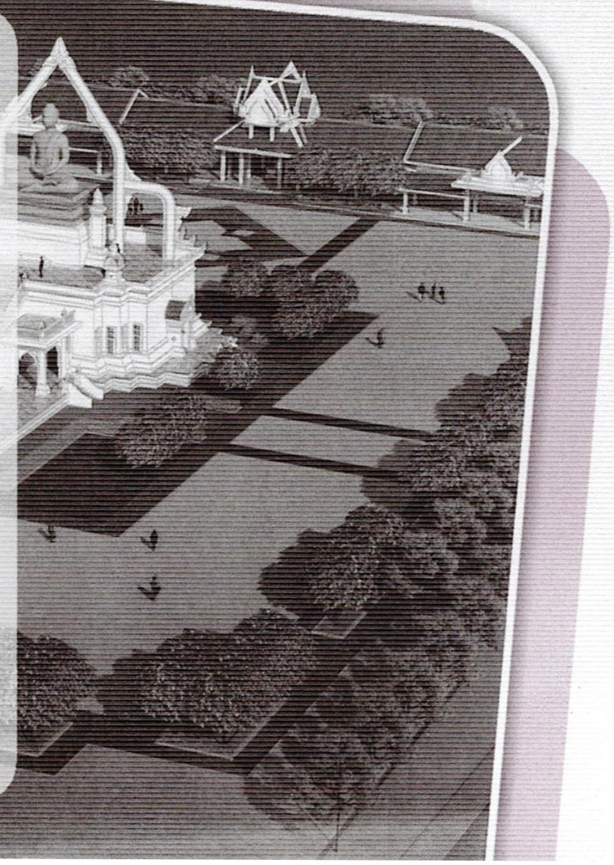
ปัจจุบันมีสาธุชนร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมบำเพ็ญกุศล ทำบุญ ตักบาตร ศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ เป็นจำนวนมาก นอกจากนี้ยังมีโครงการธาราเมตตา ที่ดูแลสุขภาพผู้เจ็บป่วย และปรับความสมดุลของร่างกาย ด้วยวิธีแพทย์แผนไทยทุกวัน

ปลายปี ๒๕๖๖ พุทธสถานฯ จัดงานประจำปี ระหว่าง วันที่ ๕-๙ ธันวาคม ๒๕๖๖ เพื่อบำเพ็ญกุศลทักษิณานุประทาน น้อมถวายพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร, ปฏิบัติธรรม ไหว้พระสวดมนต์ กิจกรรมส่งเสริมพระพุทธศาสนาของอุบาสก อุบาสิกา และเยาวชน นักเรียน นักศึกษา พร้อมทั้งจัดพิธีถวายมุทิตาสักการะ **พระราชวิสุทธิประชานาถ** (หลวงพ่ออลงกต) ในวาระเจริญอายุวัฒนมงคล ๗๐ ปี ในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๖

เพื่อให้มีสถานที่เพียงพอต่อการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ และเพื่อเป็นสถานที่รองรับสาธุชนที่มาทำบุญ ปฏิบัติธรรม

จึงจัดพิธีวางศิลาฤกษ์ อาคารอาทรประชานาถ (๑) และอาคารอาทรประชานาถ (๒) เพื่อเป็นอาคารรับรองและอาคารอำนวยการ ในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๖ นี้ด้วย

สาธุชนสามารถมาร่วมกิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำสัปดาห์ ร่วมงานประจำปี ระหว่างวันที่ ๕-๙ ธันวาคม ๒๕๖๖ และร่วมทำบุญสร้างกุศล กับพุทธสถานฯ ได้ตามช่องทางต่าง ๆ ที่ปรากฏ ขออนุโมทนาบุญกุศลของทุกท่าน ณ โอกาสนี้



คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษาและอำนวยการ

หลวงพ่อเจ้าคุณพระราชวิสุทธิประชานาถ (อลงกต ติกฺขปญฺโญ)

พระครูภัทรปัญญาวุธ (เภก ภทฺทปญฺโญ)

บรรณาธิการ

พันเอกประชุม สุขสำราญ

พันเอกศรัณยภูมิ ผู้พึ่ง

เขียน/เรียบเรียง

พระครูสังฆรักษ์สมบัติ สีลภูสิโต

นายประดุจบุญ ทองสว่าง

และทีมงานวารสารพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

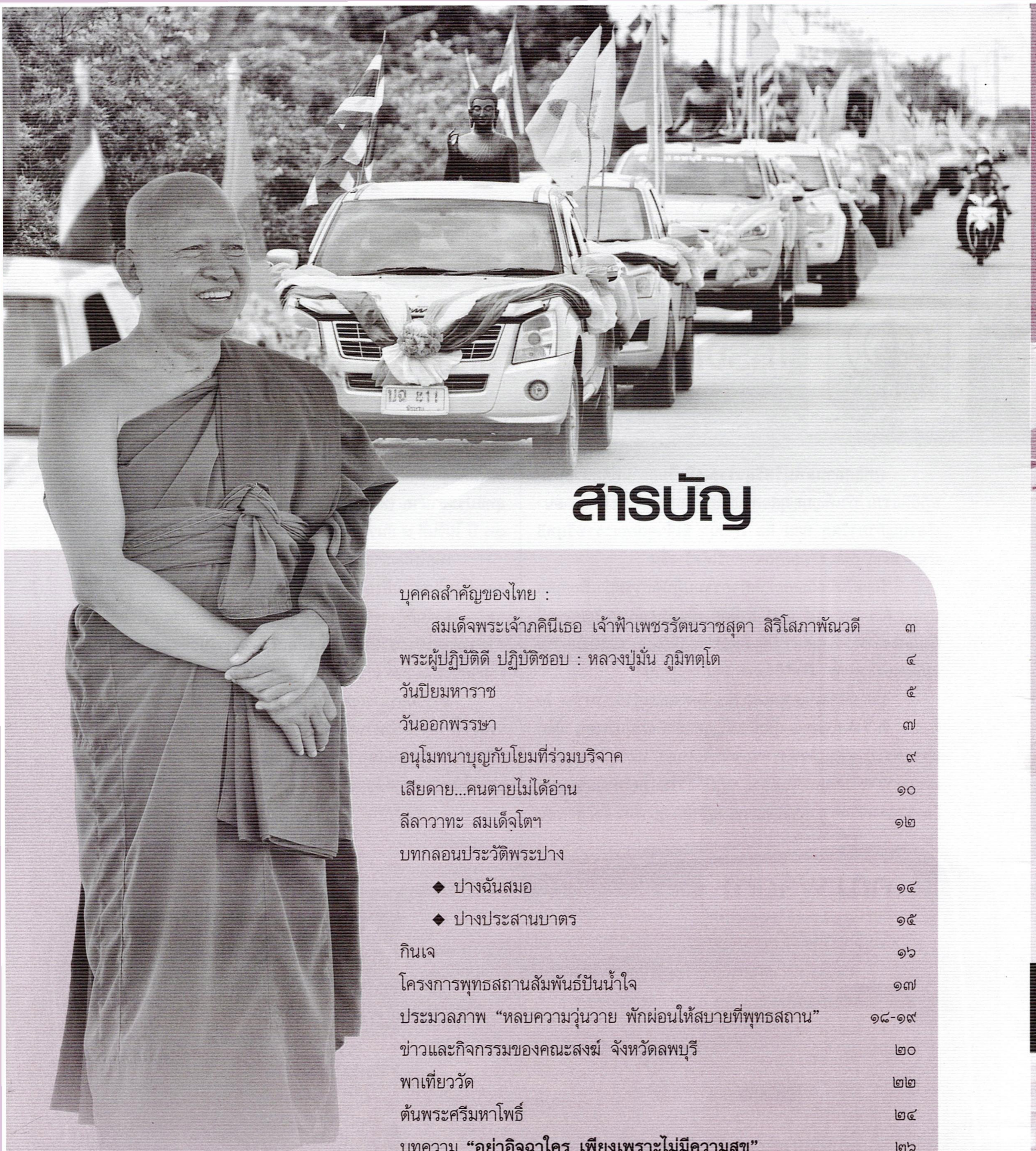
ที่ตั้ง ๑๖๙ หมู่ ๙ ต.ห้วยโป่ง อ.โคกสำโรง จ.ลพบุรี ๑๕๑๒๐

โทรศัพท์ : ๐ ๓๖๗๗ ๑๓๐๐

โทรสาร : ๐ ๓๖๗๗ ๑๓๔๙

อีเมลล์ : sps.lopburi@gmail.com

เว็ปไซต์ : www.srisuvanabhumibuddhist.com



สารบัญ

บุคคลสำคัญของไทย :

สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัณวดี ๓

พระผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ : หลวงปู่มั่น ภูมิทตฺโต ๔

วันปิยมหาราช ๕

วันออกพรรษา ๗

อนุโมทนาบุญกับโยมที่ร่วมบริจาค ๙

เสียดาย...คนตายไม่ได้อ่าน ๑๐

ลีลาวาทะ สมเด็จโตฯ ๑๒

บทกลอนประวัติพระปาง

- ปางฉันสมอ ๑๔
- ปางประสานบาตร ๑๕

กินเจ ๑๖

โครงการพุทธสถานสัมพันธ์ปันน้ำใจ ๑๗

ประมวลภาพ "หลบความวุ่นวาย พักผ่อนให้สบายที่พุทธสถาน" ๑๘-๑๙

ข่าวและกิจกรรมของคณะสงฆ์ จังหวัดลพบุรี ๒๐

พาเที่ยววัด ๒๒

ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ๒๔

บทความ **"อย่าอิจฉาใคร เพียงเพราะไม่มีความสุข"** ๒๖

นิทานชาดา **เรื่อง หมีกับไม้ตะคร้อ** ๒๘

มงคลชีวิต **"มีความสันโดษ"** ๒๙

ธรรมะ จาก หลวงพ่อเจ้าคุณ **เรื่อง "สุขเท่าที่มียินดีเท่าที่ได้"** ๓๔

หลักธรรมนำสุขในยุค ๒๐๐๐ **เรื่อง หลักที่ไม่ควรลืม** ๓๖

บุคคลสำคัญของไทย

สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัณณวดี

สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัณณวดี เป็นพระราชธิดาพระองค์เดียวในพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาธีรราชเจ้ารัชกาลที่ 6 ในพระบรมราชจักรีวงศ์ พระนางเจ้าสุวัทนา พระวรราชเทวี เป็นพระมารดา ได้เสด็จนิวัติประเทศไทยเป็นการถาวรภายหลังสงครามโลกครั้งที่สองสิ้นสุดแล้ว ถึงแม้จะเสด็จประทับต่างประเทศนานปี แต่สมเด็จฯ และเสด็จฯ พระมารดา ทรงรู้จักคุ้นเคยกับบรรดาคนไทยผู้ที่เคยไปศึกษาและทำงาน ณ ประเทศอังกฤษเป็นจำนวนมาก ด้วยทั้งสองพระองค์ทรงมีพระเมตตาพระราชทานพระวโรกาสให้บุคคลต่างๆ เฝ้าแหนใกล้ชิดมาโดยตลอด

สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัณณวดี ทรงพระประสูติเมื่อวันที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2468 ณ พระที่นั่งเทพพิลาส ในหมู่พระมหามณเฑียร โดยแพทย์ผู้ถวายพระประสูติกาลคือ พระยาดำรงแพทยาคุณ (ชื่น พุทธิแพทย์) และ แพทย์ผู้ถวายพระโอสถทรงพระวิสัญญี คือ พระวรสุนทโรสถ (เพี้ยน สิงหะชัย)

การทรงพระอักษร

สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัณณวดี เริ่มทรงพระอักษร เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 16 มกราคม 2473 มีหม่อมเจ้าหญิงพิจิตรจิราภา เทวกุล อาจารย์ใหญ่โรงเรียนราชินีและโรงเรียนราชินีบน พร้อมด้วยครูพิศ ภูมิรัตน อาจารย์ใหญ่โรงเรียนราชินีเป็นผู้ถวายพระอักษร ณ พระตำหนักสวนหงส์ พระราชวังดุสิต ต่อมา เมื่อทรงเจริญพระวัยขึ้น สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ ได้เสด็จไปทรงอักษร ณ โรงเรียนราชินี ในวันที่ 29 พฤศจิกายน 2478 สมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ ทรงลาออกจากโรงเรียนราชินีขณะทรงพระอักษรในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 เพื่อทรงพระอักษรต่อ ณ สวนรื่นฤดี เมื่อสมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ ทรงเจริญพระชนมายุขึ้น มีพระอนามัยไม่สมบูรณ์นัก พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว จึงมีพระราชดำริให้นำสมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ ไปประทับรักษาพระองค์ ณ ประเทศที่เจริญด้านการแพทย์แผนปัจจุบัน

พระเกียรติคุณ

พระกรณียกิจทั้งปวงอันบังเกิดจากพระวิริยภาพแห่งสมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ ที่ทรงบำเพ็ญเพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชนชาวไทยทั้งมวลเสมอมาบรรดาสถาบันการศึกษาทั้งหลาย ต่างประจักษ์ในพระเกียรติคุณ อันเป็นอเนกประการดังกล่าว จึงมีมติเป็นเอกฉันท์ถวายปริญญากิตติมศักดิ์ เพื่อผดุงพระเกียรติคุณแห่งสมเด็จพระเจ้าภคินีเธอฯ กล่าวคือ

ในวันที่ 10 กรกฎาคม 2534 สถาบันเทคโนโลยีราชมงคลได้ทูลเกล้าฯ ถวายปริญญาคหกรรมศาสตร์บัณฑิตกิตติมศักดิ์ทางพัฒนาการครอบครัวและเด็ก

ในวันที่ 21 พฤศจิกายน 2540 สถาบันราชภัฏธนบุรี ได้ทูลเกล้าฯ ถวาย ปริญญามหาบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิชาศิลปศาสตร์ สายอุตสาหกรรมบริการโปรแกรมวิชา อุตสาหกรรมท่องเที่ยว

ในวันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2541 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยได้ทูลเกล้าฯ ถวายปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์

■ **แหล่งที่มา** : https://www.lib.ru.ac.th/

พระผู้ปฏิบัติดี
• ปฏิบัติชอบ •

หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต
วัดป่าสุทธาวาส
อำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร

ท่านกำเนิดในสกุลแก่นแก้ว บิดาชื่อคำด้วง มารดาชื่อจันทร์ เพียแก่นท้าว เป็นปู่นับถือศาสนาพุทธศาสนา เกิดวันพฤหัสบดีเดือนยี่ ปีมะแม ตรงกับวันที่ ๒๐ เดือนมกราคม พ.ศ. ๒๔๑๓ ณ บ้านคำบง ตำบลโขงเจียม อำเภอโขงเจียม จังหวัดอุบลราชธานี มีพี่น้องร่วมท้องเดียวกัน ๗ คน ท่านเป็นบุตรคนหัวปี ท่านเป็นคนร่างเล็ก ผิวขาวแดง แข็งแรงว่องไวสติปัญญาดีมาตั้งแต่กำเนิด ฉลาดเป็นผู้ว่านอนสอนง่าย ได้เรียนอักขรสมัยในสำนักของอา คือ เรียนอักษรไทยน้อย อักษรไทย อักษรธรรม และอักษรขอมอ่านออกเขียนได้ นับว่าท่านเรียนได้รวดเร็ว เพราะมีความทรงจำดีแลมีความขยันหมั่นเพียร ชอบเล่าเรียนการศึกษาเมื่อท่านอายุได้ ๑๕ ปี ได้บรรพชาเป็นสามเณรในสำนักวัดบ้านคำบง ครั้นบวชแล้วได้ศึกษาหาความรู้ทางพระพุทธศาสนามีสวดมนต์และสูตรต่าง ๆ ในสำนัก จดจำได้รวดเร็ว อาจารย์เมตตาปรานีมากเพราะเอาใจใส่การเล่าเรียนดี ประพฤติปฏิบัติเรียบร้อยเป็นที่ไว้เนื้อเชื่อใจได้ เมื่ออายุท่านได้ ๑๗ ปี บิดาขอร้องให้ลาสิกขาเพื่อช่วยการงานทางบ้าน ท่านก็ได้ลาสิกขาออกไปช่วยงานของบิดามารดาเต็มความสามารถ

ท่านเล่าว่า เมื่อลาสิกขาไปแล้วยังคิดที่จะบวชอีกอยู่เสมอไม่ลืม คงเป็นเพราะอุปนิสัยในทางบวชมาแต่ก่อนอย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งเพราะติดใจในคำสั่งของยายว่า "เจ้าต้องบวชให้ยายเพราะยายก็ได้เลี้ยงเจ้ายาก" คำสั่งของยายคอยสะกิดใจอยู่เสมอครั้นอายุได้ ๒๒ ปี ท่านเล่าว่า มีความอยากบวชเป็นกำลังจึงอำลาบิดามารดาบวชท่านทั้งสองก็อนุญาตตามประสงค์ ท่านได้เข้าศึกษาในสำนักท่านอาจารย์เสาร์ กันตสีลเถระ วัดเลียบเมืองอุบล จังหวัดอุบลราชธานี ได้รับอุปสมบทกรรมเป็นภิกษุภาวะในพระพุทธศาสนา ณ วัดศรีทอง (วัดศรีอุบลรัตนาราม) อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี พระอริยกวี (อ่อน) เป็นพระอุปัชฌายะ พระครูสีทา ชยเสโน เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระครูประจักษ์อุบลคุณ (สุ่ย) เป็นพระอนุสาวนาจารย์ เมื่อวันที่ ๑๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๓๖ พระอุปัชฌายะขนานนามมคธให้ว่า ภูริทตฺโต เสร็จอุปสมบทกรรมแล้ว ได้กลับมาสำนักศึกษาวิปัสสนาธุระกับพระอาจารย์เสาร์ กันตศีลเถระ ณ วัดเลียบต่อไปเมื่อแรกอุปสมบทท่านพำนักอยู่วัดเลียบเมืองอุบลเป็นปกติ ออกไปอาศัยอยู่วัดบูรพารามเมืองอุบลบ้างเป็นครั้งคราว ในระหว่างนั้นได้ศึกษาข้อปฏิบัติเบื้องต้น อันเป็นส่วนแห่งพระวินัย คือ อาจาระ ความประพฤติมารยาท อาจริยวัตร และอุปัชฌายวัตรปฏิบัติได้เรียบร้อยดี จนเป็นที่ไว้วางใจของพระอุปัชฌาจารย์ และได้ศึกษาข้อปฏิบัติอบรมจิตใจ คือ เดินจงกรมนั่งสมาธิกับสมาทานธุดงควัตรต่าง ๆ

ในสมัยต่อไปได้แสวงหาวิเวกบำเพ็ญสมณธรรมในที่ต่าง ๆ ตามราวป่า ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง หุบเขาซอกห้วย ธารเขา เงื้อมเขา ท้องถ้ำ ทางฝั่งซ้ายแม่น้ำโขงบ้างทางฝั่งขวาแม่น้ำโขงบ้าง แล้วลงไปศึกษากับนักปราชญ์ทางกรุงเทพฯ จำพรรษาอยู่ที่วัดปทุมวนาราม หมั่นไปสดับธรรมเทศนากับเจ้าพระคุณพระอุบาลี (สิริจันทเถระ จันทร์) ๓ พรรษา แล้วออกแสวงหาวิเวกในถิ่นภาคกลาง คือ ถ้ำสาลิกา เขาใหญ่ นครนายก ถ้ำไผ่ขวาง เขาพระงามและถ้ำสิงโตลพบุรี จนได้รับความรู้แจ่มแจ้งในพระธรรมวินัยสิ้นความสงสัยในสัตถุศาสนา จึงกลับมาภาคอีสาน ทำการอบรมสั่งสอนสมถวิปัสสนาแก่สหธรรมิก และอุบาสกอุบาสิกาต่อไป มีผู้เลื่อมใสพอใจปฏิบัติตามมากขึ้นโดยลำดับมีศิษยานุศิษย์แพร่หลายกระจายทั่วภาคอีสานครั้นถึงวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๔๙๒ ท่านก็ได้ถึงแก่มรณภาพด้วยอาการสงบ ในท่ามกลางศิษยานุศิษย์ทั้งหลาย มีเจ้าพระคุณพระธรรมเจดีย์เป็นต้น สิริรวมอายุของท่านได้ ๗๙ ปี ๙ เดือน ๒๑ วัน รวม ๕๖ พรรษา

โอวาทธรรม

คำที่เป็นคติอันท่านอาจารย์กล่าวอยู่บ่อย ๆ เพื่อเป็นหลักวินิจฉัยความดีที่ทำด้วย วาจา ใจ แก่ศิษยานุศิษย์ ดังนี้

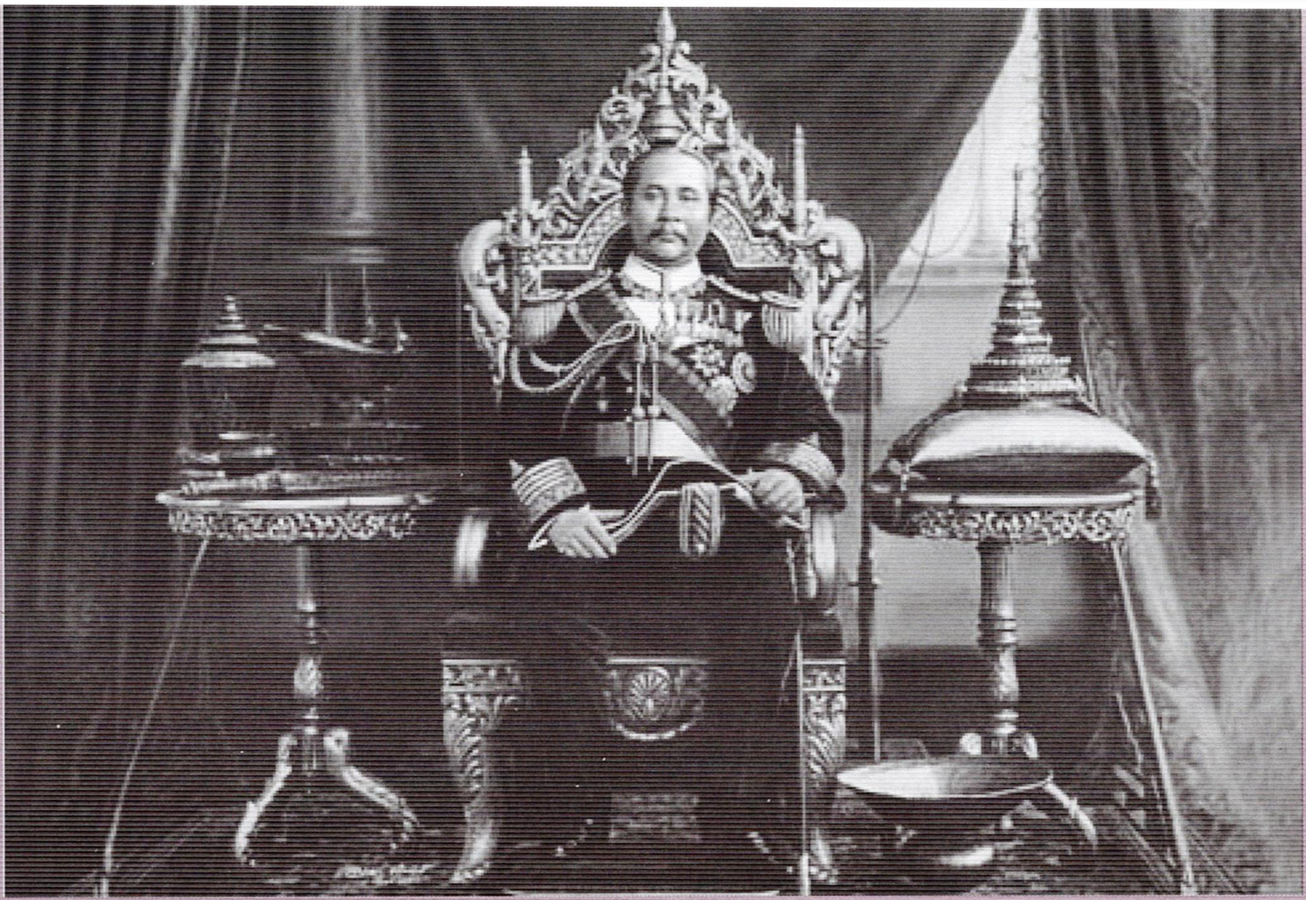
๑. ดีใดไม่มีโทษ ดีนั้นชื่อว่าดีเลิศ

๒. ได้สมบัติทั้งปวงไม่ประเสริฐเท่าได้ตน เพราะตัวตนเป็นที่เกิดแห่งสมบัติทั้งปวง

เมื่อท่านอธิบาย ตจปัญจกกรรมฐานจบลงมักจะกล่าวเตือนขึ้นเป็นคำกลอนว่า "แก้ให้ตกเน้อ แก้บ่ตกคาพกเจ้าไว้ แก้บ่พ้นคาก้นย่างยาย คาย่างยายเวียนตายเวียนเกิด เวียนเอากำเนิดในภพทั้งสาม ภพทั้งสามเป็นเฮือนเจ้าอยู่"

เมื่อคราวท่านเทศนาสั่งสอนภิกษุ ผู้เป็นสานุศิษย์ถือลัทธิฉันเจ ให้เข้าใจทางถูกและละเลิกลัทธินั้นครั้นจบลงแล้วได้กล่าวคำเป็นคติขึ้นว่า "เหลือแต่เว้าบ่เห็นบ่อนเบาหนักเดินบ่ไปตามทางสิถืกดงเสือฮ้าย" ดังนี้แลการบำเพ็ญสมาธิเอาแต่เพียงเป็นบาทของวิปัสสนา คือ การพิจารณาก็พอแล้วส่วนการจะอยู่ในวิหารธรรมนั้นก็ให้กำหนดรู้ ถ้าใครกลัวตายเพราะเด็ดเดี่ยวทางความเพียร ผู้นั้นจะกลับมาตายอีกหลายภพหลายชาติไม่อาจนับได้

■ **แหล่งที่มา** : https://cac.kku.ac.th/



วันปิยมหาราช

ความหมายของวันปิยมหาราช

วันปิยมหาราช หมายถึง วันที่ปวงชนชาวไทย ได้น้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ ของ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ ที่ทรงพระราชทานชีวิตใหม่ ให้อิสรภาพแด่ปวงชน โดยทรงประกาศเลิกทาส ทรงปรับปรุง และพัฒนาระบบการบริหารราชการแผ่นดินและอื่น ๆ เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชนชาวไทย และเป็นวันคล้ายวันสวรรคตของพระองค์ผู้ทรงมี พระมหากรุณาธิคุณ เป็นอเนกประการ หรือที่ชาวไทยเรียกกันว่า “เสด็จพ่อ ร.๕”

วันปิยมหาราชของประเทศไทย

ในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ ประเทศสยามได้มีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องของการพัฒนาให้กับชาติเป็นจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง การไฟฟ้า การไปรษณีย์ โทรเลข โทรศัพท์ ฯลฯประกอบกับพระ

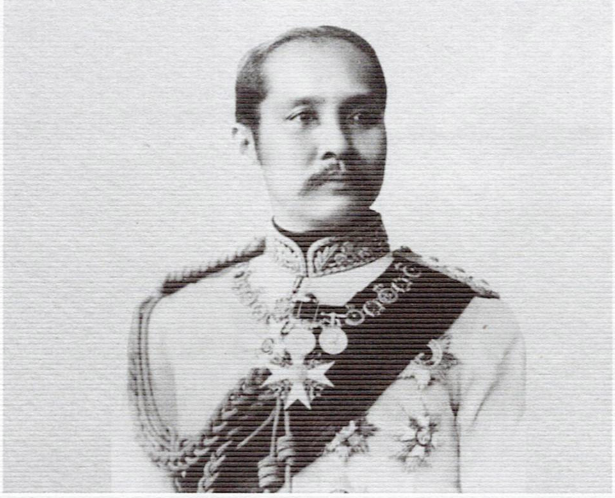
ราชกรณียกิจที่ทำให้เกิดความผาสุก

วันที่ ๒๓ ตุลาคม ของทุกปี ซึ่งเป็นวันคล้ายวันสวรรคตของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ ด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ รัฐบาลจึงได้ประกาศให้วันที่ ๒๓ ตุลาคม เป็น “วันปิยมหาราช” ซึ่งพระองค์ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอันยิ่งใหญ่ต่อประเทศไทยหลายด้าน แต่สิ่งที่โดดเด่นที่สุด และทำให้ชาวไทยได้ปลดปล่อยอิสระแรงงาน ซึ่งถือเป็นการให้ชีวิตใหม่ต่อประชาราษฎร์ คือ การประกาศเลิกทาสนั่นเอง ทำให้พระองค์ทรงเป็นที่รักใคร่อย่างล้นเหลือของพสกนิกรทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ จึงทรงได้รับการถวายพระราชสมัญญานามว่า “สมเด็จพระปิยมหาราช” ซึ่งมีความหมายว่า “พระมหากษัตริย์ที่ทรงเป็นที่รักยิ่งของปวงชน”

จนกระทั่งเมื่อวันที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ.๒๔๕๓ คนไทยทั้งประเทศต้องพบกับความเศร้าโศกครั้งยิ่งใหญ่ เมื่อ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ หรือพระพุทธเจ้าหลวง ที่ทรงประชวรได้เสด็จสวรรคต ณ พระที่นั่งอัมพรสถานพระราชวังดุสิต เพราะพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงเป็นกษัตริย์ที่เป็นที่เคารพรักของทวยราษฎร์ ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอเนกประการ ทั้งในการปกครองบ้านเมืองและพระราชทานความร่มเย็นเป็นสุขแก่ชนทุกหมู่เหล่า ทำให้พสกนิกรชาวไทยต่าง เสียใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ต่อมาทางราชการได้ประกาศให้วันที่ ๒๓ ตุลาคม ซึ่งเป็นวันสวรรคตของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เป็นวันที่ระลึกสำคัญของชาติเรียกว่า “วันปิยมหาราช” และกำหนดให้เป็นวันหยุดราชการ ซึ่งอยู่ในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖ เจ้าหน้าที่กระทรวงมหาดไทยซึ่งต่อมาเป็น “กรุงเทพมหานคร” ร่วมด้วยกระทรวงวัง ซึ่งต่อมาเป็น “สำนักพระราชวัง” ได้จัดตกแต่งพระบรมราชานุสาวรีย์ ตั้งราชวัติฉัตร ๕ ชั้น พร้อมประดับโคมไฟ ถวายเครื่องราชสักการะที่หน้าพระบรมราชานุสาวรีย์ตั้งแต่นั้นมาจนถึงปัจจุบัน

พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงบำเพ็ญพระราชกุศลทักษิณานุปทานถวายแล้วเสด็จฯ ไปถวายพวงมาลา ทรง



จุดธูปเทียนเครื่องราชสักการะที่พระบรมราชานุสาวรีย์ ซึ่งเป็นพระราชพิธีทรงบำเพ็ญพระราชกุศล วันปิยมหาราช ครั้งแรก โดยเกิดขึ้นถัดจากปีที่ได้ถวายพระเพลิงพระบรมศพพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวเหตุนี้เองทำให้คนที่เคารพนับถือ สมเด็จพระปิยมหาราช ต่างพากันไปถวายเครื่องสักการะ เพื่อขอพรให้ท่านคุ้มครอง ซึ่งนิยมไปกันที่ลานพระบรมรูปทรงม้าของวันปิยมหาราชหรือวันที่ 23 ตุลาคมของทุกๆปี

กิจกรรมใน วันปิยมหาราช

วันที่ 23 ตุลาคม ของทุกปี วันคล้ายวันสวรรคตของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องจากพระองค์ทรงเป็นที่รักใคร่อย่างล้นเหลือของพสกนิกรทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ พระองค์จึงได้รับการถวายพระราชสมัญญานามว่า "สมเด็จพระปิยมหาราช" ซึ่งได้มีการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณที่ได้ทรงมอบให้แก่ชาวไทย

พิธีวางพวงมาลา

ในสถาบันศึกษาหรือมหาวิทยาลัยต่างๆ ได้จัดให้มีการใส่ชุดพิธีการไปสักการะและถวายบังคมพระบรมราชานุสรณ์รัชกาลที่ 5 ณ ลานพระบรมรูปทรงม้า เพื่อเป็นการรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว โดยมีวงโยธวาทิตจากโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นผู้นำวงโยธวาทิตของโรงเรียนอื่นๆ นอกจากนี้ยังมีหน่วยราชการ พ่อค้า ประชาชน จากทั่วประเทศ ได้นำพวงมาลา หรือพุ่มดอกไม้ไปถวายสักการะ

ทำบุญตักบาตร

ในวัน ปิยมหาราช แม้จะไม่ตรงกับวันพระ แต่เมื่อเป็นวันหยุดราชการ ทำให้ชาวไทยทุกคนได้มีโอกาสทำบุญ ตักบาตร เพื่ออุทิศเป็นพระราชกุศล และเพื่อเป็นการรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ซึ่งตามหน่วยงานราชการต่างๆ อาจจะจัดให้มีพิธีสงฆ์หรือการทำบุญ เพื่อให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมนี้

จัดนิทรรศการ

นอกจากนี้ ตามสถานศึกษา หรือหน่วยงานราชการ จะมีการจัดบอร์ด หรือจัดนิทรรศการวิชาการเพื่อให้ความรู้ความเข้าใจและเผยแพร่เกี่ยวกับพระราชประวัติ และพระราชกรณียกิจของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว อันเป็นการประกาศเกียรติคุณให้ไพศาลสืบไป

เพราะพระองค์ได้ทรงทำประโยชน์และพระราชกรณียกิจมากมายให้กับประเทศสยามและปวงชนชาวไทย ทั้งยังนำเทคโนโลยีและการพัฒนาต่างๆ เช่นการไฟฟ้า การไปรษณีย์ โทรเลข และโทรศัพท์ ฯลฯ มาให้ประชาชนได้ใช้ เพื่อให้ความทันสมัยและก้าวทันต่างชาติ ซึ่งยังความเจริญให้กับประเทศชาติสืบต่อมา

แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมวันปิยะมหาราช

ในวันปิยมหาราช 23 ตุลาคม ของทุกปี หน่วยงานต่างๆ ทั้งราชการและภาคเอกชน นักเรียน นิสิตนักศึกษา รวมทั้งประชาชนจะมาวางพวงมาลาดอกไม้สักการะ และถวายบังคมที่พระบรมรูปทรงม้า เพื่อเป็นการรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ซึ่งถือเป็นประเพณีและธรรมเนียมที่ทำสืบต่อกันมาจนถึงทุกวันนี้

กระตุ้นและปลูกฝัง

การสนับสนุนให้กับเยาวชนได้มีการน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ ของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ด้วยการ ปลูกฝังและถ่ายทอดประวัติ และเรื่องราวต่างๆ ที่รัชกาลที่ 5 ทรงได้พระราชทานให้แก่ปวงชนชาวไทย การให้เด็กๆได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของวันสำคัญ จะช่วยปลุกจิตสำนึกของความเป็นไทย และเห็นความสำคัญของวันปิยะมหาราช ทำให้เด็กจดจำและจะทำอย่างต่อเนื่องหรืออาจจะทำตลอดไป

มีส่วนร่วมกิจกรรม

เพราะวัน ปิยะมหาราช จะมีพิธีการต่างๆ ณ ลานพระบรมรูปทรงม้า และมีการวางพวงมาลาดอกไม้สักการะ และถวายบังคม ซึ่งแนวทางสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมวันปิยะมหาราช ที่จะให้เยาวชนได้มีส่วนร่วมก็คือ การจัดให้มีการไปร่วมในพิธี วางพวงมาลาและถวายบังคมยัง ลานพระรูปฯ ซึ่งเป็นสถานที่จริง และบอกเล่าเรื่องราว ว่าเหตุใดจะต้องมาทำพิธีที่นี่

สืบทอดสานต่อกิจกรรมวันปิยะมหาราชต่อไปเพื่อให้เด็กเยาวชน ประชาชนในชุมชน ได้ร่วมกันสืบสานและอนุรักษ์พิธีและกิจกรรมของวันปิยะมหาราชให้คงอยู่ต่อไปเกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างหน่วยงาน ต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและภาคประชาชน เกิดความจงรักภักดี และ ความสามัคคีระหว่างหน่วยงานและประชาชนในท้องถิ่นให้ยืนยาวต่อไป

■ **แหล่งที่มา** : https://www.myhora.com

วันออกพรรษา ๒๕๖๖

วันออกพรรษา ถือเป็นวันสิ้นสุดการจำพรรษา ซึ่งตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ เป็นวันที่พ้นจากข้อกำหนดทางพระวินัยในช่วงฤดูฝนนั่นเอง **วันออกพรรษา 2566 ตรงกับวันอาทิตย์ที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๖**

วันออกพรรษา หรือ วันปวารณา หรือ วันมหาปวารณา ถือเป็นวันที่พระพุทธเจ้าเสด็จลงมาจากการจำพรรษาจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ และยังเป็นวันที่เปิดโอกาสให้พระภิกษุสงฆ์ในทุกระดับชั้นที่ได้จำพรรษาร่วมกันมาตลอด ๓ เดือนสามารถว่ากล่าวตักเตือน ชี้ข้อบกพร่องของกันและกันได้ แต่ต้องเป็นไปด้วยความเมตตา ความปรารถนาดี และความเสมอภาค หลังจากการทำพิธีออกพรรษาแล้วพระภิกษุสงฆ์สามารถทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนาได้ตามปกติ และสามารถค้างแรมในสถานที่ต่างๆ ที่ไปแสดงเทศนาได้ โดยที่ไม่ผิดพระพุทธบัญญัติใดๆ

ประวัติวันออกพรรษา

ในวันออกพรรษาในพระไตรปิฎกกล่าวไว้ว่า เป็นวันที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จลงจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์มายังโลกมนุษย์ หลังจากที่พระองค์ได้เสด็จไปจำพรรษา และแสดงพระธรรมเทศนาโปรดเทพบุตรพุทธมารดา ซึ่งอยู่สวรรค์ชั้นดุสิต แต่ลงมาฟังพระธรรมเทศนาที่ชั้นดาวดึงส์ ซึ่งวันออกพรรษาตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือนสิบเอ็ด(๑๑)ถือเป็นวันสิ้นสุดการจำพรรษา หรือออกจากพรรษาที่ได้อธิษฐานเข้าจำพรรษาตลอดระยะเวลา ๓ เดือน ซึ่งเป็นสำคัญวันหนึ่งของพระภิกษุสงฆ์

วันออกพรรษา หมายถึงวันที่พ้นจากข้อกำหนดทางพระวินัยที่ต้องอยู่ประจำที่หรือในวัดแห่งเดียวตลอด ๓ เดือน ในฤดูฝน กล่าวคือ เมื่อพระภิกษุได้อธิษฐานอยู่จำพรรษาในวันแรม ๑ ค่ำ เดือนแปด (๘) แล้วอยู่ประจำที่หรือวัดนั้นเรื่อยไป จนสิ้นสุดในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือนสิบเอ็ด(๑๑)หลังจากวันออกพรรษา แล้วก็สามารถจาริกไปค้างแรมที่อื่นได้ และวันออกพรรษา เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า "วันปวารณา" คือวันที่พระสงฆ์ทำปวารณากรรม โดยเปิดโอกาสให้เพื่อนพระภิกษุว่ากล่าวตักเตือนกันด้วยเมตตาจิตได้ เมื่อได้เห็นได้ยินหรือสงสัยในพฤติกรรมของกันและกัน

วันออกพรรษา เป็นวันสำคัญของพุทธศาสนา และหลังจากวันออกพรรษาพระสงฆ์ได้รับพระบรมพุทธานุญาตให้จาริกไปค้างแรมที่อื่นได้ เมื่อออกพรรษาแล้วพระสงฆ์จะได้นำความรู้จากหลักธรรมและประสบการณ์ที่ได้รับระหว่างพรรษาไปเผยแผ่แก่ประชาชน ซึ่งในวันออกพรรษาพระสงฆ์ได้ทำปวารณาเปิดโอกาสให้เพื่อนพระภิกษุว่ากล่าวตักเตือนเรื่องความประพฤติของตนเพื่อให้เกิดความบริสุทธิ์ ความเคารพนับถือและความสามัคคีกัน ทำให้พุทธศาสนิกชนได้นำแบบอย่างไปทำปวารณาเปิดโอกาสให้ผู้อื่นว่ากล่าว ตักเตือนตนเองเพื่อประโยชน์ต่อการพัฒนาตนและสร้างสรรค์สังคมต่อไป

การทำบุญในวันออกพรรษา

การ**ทำบุญวันออกพรรษา** นั้นเรียกว่า **การทำบุญตักบาตร เทโว** หรือ**ตักบาตรเทโวโรหณะ** หรือ**ตักบาตรดาวดึงส์** โดยประเพณีที่ปฏิบัติกันนั้นคือการนำข้าวต้มมัดและข้าวต้มลูกโยนมาใส่บาตร ประเพณีนี้สืบเนื่องมาจากการเสด็จกลับจากการจำพรรษาที่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ของพระพุทธเจ้า ดังนั้นพุทธศาสนิกชนจึงมีความเชื่อว่าการออกมาตักบาตรในวันออกพรรษานั้นเสมือนการต้อนรับพระพุทธเจ้าที่เสด็จลงมาจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ จึงเป็นเหตุทำให้มีการตักบาตรกันอย่างล้นหลามในวันออกพรรษา

หลังจากออกพรรษา ๑ เดือนจะมีประเพณีเทศน์มหาชาติและประเพณีทอดกฐิน โดยประเพณีเทศน์มหาชาติได้มีการสืบเนื่องมาตั้งแต่สมัยโบราณและถือว่าการได้ฟังเทศน์มหาชาติจนจบนั้นจะได้รับผลบุญอันมหาศาลอีกด้วย

นอกจากนี้ยังมีพิธีทอดกฐินที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล พิธีทอดกฐินคือการสร้างความสามัคคีระหว่างคณะสงฆ์ โดยการอนุเคราะห์ภิกษุที่มีจีวรชำรุด กฐินเป็นชื่อเรียกไตรจีวรที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้พระภิกษุสงฆ์รับผ้าเหล่านั้นมาห่มได้หลังจากการจำพรรษาครบ ๓ เดือนแล้ว โดยมีเรื่องเล่าว่าในสมัยพุทธกาล มีภิกษุจำนวน ๓๐ รูปมีความต้องการจะเฝ้าพระพุทธเจ้าแต่ด้วยความที่อยู่ห่างไกลมาก จึงจำเป็นต้องเข้าพรรษาก่อนที่จะเดินทางไปถึง

และหลังจากออกพรรษาเหล่าภิกษุก็เดินทางต่อ ซึ่งต้องผ่านร้อน ผ่านหนาว ไปตลอดทางทำให้เมื่อเดินทางถึงสถานที่ที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่นั้น จีวรที่ภิกษุห่ม ทั้งขาดทั้งเปื้อน เมื่อพระศาสดาทรงเห็นจึงประทานผ้ากฐินให้แก่ภิกษุทั้ง ๓๐ รูป ส่วนการทอดผ้าป่าคือการอุทิศผ้าจีวรโดยไม่เจาะจงให้พระสงฆ์รูปใดรูปหนึ่ง ผ้าป่าหรือผ้าบังสุกุลจีวร ที่ในสมัยก่อนพระสงฆ์สามารถห่มผ้าบังสุกุลได้เท่านั้นทำให้การหาผ้ามาทำจีวรจึงยากลำบาก จึงต้องหาเศษผ้าที่ทิ้งแล้วหรือผ้าเก่าๆ ตามกองขยะ แม้กระทั่งผ้าห่อศพที่ทิ้งไว้ในป่าช้ามาทำจีวร และก็เป็นส่วนที่ทำให้เกิดพิธีการทอดผ้าป่านั่นเอง

กิจกรรมที่ควรปฏิบัติในวันออกพรรษา

๑. ทำบุญตักบาตรอุทิศส่วนกุศลให้แก่ญาติผู้ล่วงลับ

๒. ไปวัดเพื่อปฏิบัติธรรม ฟังพระธรรมเทศนา

๓. ร่วมกิจกรรม **"ตักบาตรเทโว"** (วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑)

๔. ปัดกวาดบ้านเรือนให้สะอาด ประดับธงชาติตามอาคารบ้านเรือนและสถานที่ราชการและประดับธงชาติ และธงธรรมจักร ตามวัดและสถานที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

๕. ตามสถานที่ราชการ สถานที่ศึกษาและที่วัด ควรจัดให้มีนิทรรศการ การบรรยาย หรือ บรรยายธรรม เกี่ยวกับวันออกพรรษา เพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนและผู้สนใจทั่วไป

ประเพณีที่เกี่ยวข้องกับวันออกพรรษา

๑. ประเพณีตักบาตรเทโว (วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ หลังจากออกพรรษาแล้ว ๑ วัน) ในปี ๒๕๖๖ ตักบาตรเทโวจะตรงกับวันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๖

๒. ประเพณีพิธีทอดกฐิน (ตั้งแต่วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ ถึงวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒ กำหนด ๑ เดือนนับตั้งแต่วันออกพรรษา)

๓. ประเพณีพิธีทอดผ้าป่า (ไม่จำกัดกาล)

๔. ประเพณีเทศน์มหาชาติ (นิยมทำกันในวันขึ้น ๘ ค่ำ หรือ วันแรม ๘ ค่ำ กลางเดือน ๒๓ ในบางท้องถิ่นอาจนิยมทำกันในเดือน ๕ ต่อเดือน ๖ หรือในเดือน ๑๐)

■ **แหล่งที่มา** : : https://www.sanook.com/

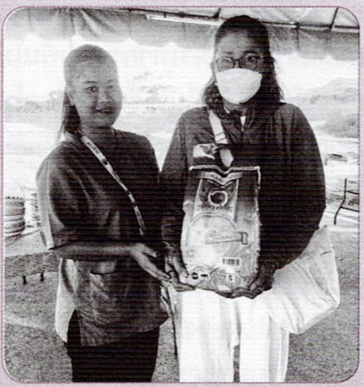
อนุโมทนาบุญกับโยมที่ร่วมบริจาค

• อนุโมทนาบุญ •
ร้านปังปังนะ ตลาดบนเมืองลพบุรี
ร่วมบริจาคขนมปัง 15 แถว

• อนุโมทนาบุญ •
ร้านรัตนาภรณ์ สังฆภัณฑ์
ตลาดโคกสำโรง
นำวัตถุดิบมาบริจาคเข้าโรงครัว
ในการประกอบอาหาร
เพื่อเลี้ยงผู้ปฏิบัติธรรม

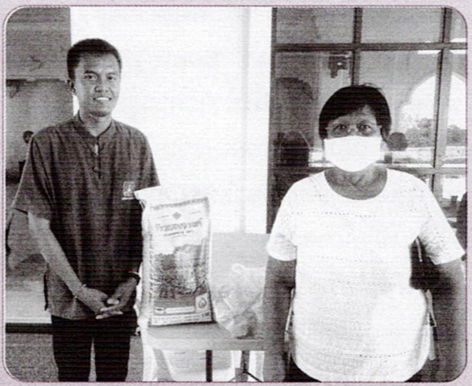
• อนุโมทนาบุญ •
คุณสุภาพร สุกใส และครอบครัว
ร่วมนำขนม และลองกอง 20 กก.

• อนุโมทนาบุญ •
คุณอรพินจิตวี และ คุณกรรณ์ทิพย์จิตวี ร่วมบริจาคพัดลม 1 ตัว
คุณหมอทัศเทพเสือสง่า , คุณชนิศา ใจดี , คุณทองแพ แจ่มกระจ่าง ,
คุณเป้า เนียมพลับ , คุณปณิสรา สง่าชาติ , คุณกมลรัตน์ ทองอยู่ ,
คุณประมาณ ทองอยู่ , คุณสมคิด จำนงค์ศิลป์ บริจาคพัดลม 1 ตัว
และ คุณชัญญา ประคองจิตร บริจาคพัดลม 1 ตัว



• อนุโมทนาบุญ •
คุณธนัญญาภรณ์ ฉิ่งผักแว่น
นำข้าวสารมาบริจาค 5 กิโลกรัม

• อนุโมทนาบุญ •
คุณพุทธบูชา แสงงิ้ว และญาติธรรม
นำข้าวสาร 15 กิโลกรัม
และขนมปังมาบริจาค



• อนุโมทนาบุญ •
คุณนุช และครอบครัว
นำน้ำดื่มมาบริจาค 20 แพ็ค

• อนุโมทนาบุญ •
คุณจำนง ทองดี
นำข้าวสารมาบริจาค 10 กิโลกรัม

เสียดาย... คนตายไม่ได้อ่าน

"รู้อิริยาบถ ขั้นสองของการฝึกมีสติอยู่กับกาย"

เพียงด้วยการมีสติรู้ความไม่เที่ยงของลมหายใจ เราไม่อาจละอุปาทานในตัวตนได้ทั้งหมด เพราะลมหายใจไม่ใช่สิ่งเดียวที่ถูกยึดมั่นว่าเป็นของเรา พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่านอกจากฝึกรู้ลมหายใจแล้ว ยังมีการฝึกอย่างอื่นอยู่อีก ซึ่งอันดับต่อไปก็ได้แก่อิริยาบถ

ปกติคนเราจะรู้สึกว่ามีร่างกายก็ต่อเมื่อค้างคาอยู่ในท่าใดท่าหนึ่งนานเกินไป ต้องระบายความอึดอัดเมื่อยขบอันเกิดจากการตึงตัวของกล้ามเนื้อ ด้วยการปรับเปลี่ยนท่าทางเสียใหม่ให้สบายขึ้นกว่าเดิม นอกนั้นแม้ร่างกายมีก็เหมือนไม่มีในการรับรู้ของเราที่อยู่ๆจะให้สามารถระลึกถึงร่างกายได้เรื่อยๆนั้น มิใช่วิสัยธรรมชาติ ต่อเมื่อฝึกรู้ลมหายใจได้ผลมาแล้ว เราจะมีความรู้สึกเข้ามาในกายอย่างเป็นไปเองโดยไม่ต้องบังคับ กล่าวคือทันทีที่รู้สึกถึงลมหายใจเข้าออกอย่างสบายเดี๋ยวนี้ ร่างกายในท่าทางปัจจุบันก็จะพลอยปรากฏให้รู้ไปด้วยเดี๋ยวนี้เช่นกัน ความรู้สึกว่ามีหัว มีตัว มีแขนขา ปรากฏเป็นท่าทางหนึ่งๆ โดยปราศจากความเพ่งเล็งหรือเครียดเกร็งนั่นแหละ เรียกว่าการรู้อิริยาบถ ขอให้เข้าใจดีๆ ด้วยว่าการก้มลงมองเห็นด้วยตาเปล่าว่าร่างกายปรากฏในท่าใด หาใช่การรู้อิริยาบถไม่ การรู้อิริยาบถต้องใช้ใจรู้เท่านั้น ไม่ใช่ใช้สายตามองเห็น

เมื่อฝึกรู้อิริยาบถให้มากแล้ว เราจะได้ฐานของการมีสติอย่างถูกต้อง แม้ต่อยอดไปรู้อะไรอีกแค่ไหนก็แน่ใจได้ว่าไม่หลงคิดไปเอง ทั้งนี้เพราะการรู้อิริยาบถคือการรู้ของจริงในปัจจุบัน ไม่มีทางเป็นอื่น เช่นถ้านั่งอย่างมีสติย่อมไม่มีทางรู้สึกว่ากำลังยืน และเมื่อรู้ชัดตามจริงว่ากำลังนั่ง ก็ย่อมรู้ตามจริงด้วยว่านั่งอย่างสบาย หรืออึดอัด นั่งอย่างฟุ้งซ่านหรือสงบ นั่งอย่างคิดดีหรือคิดร้าย เป็นต้น

เบื้องต้นขอให้สังเกตว่าลมหายใจที่ยาวและนิ่มนวลนั้นทำให้เรารู้สึกว่ากายเป็นของโปร่งเบา เกิดสติอยู่กับกายอย่างง่ายดายเหมือนเป็นไปเอง ส่วนลมหายใจที่สั้น และหยาบจะทำให้เรารู้สึกว่ากายเป็นของทึบหนัก แม้พยายามตั้งสติอยู่กับกายก็ลำบาก เห็นไม่ชัดเหมือนอยู่กลางหมอกควันดำ จะให้มองผ่าออกไปเห็นอะไรนั้นยาก

เมื่อเฝ้าสังเกตความสัมพันธ์ระหว่างลมกับกายโดยไม่คาดหวังอะไร ในที่สุดจะเกิดความเพลิดเพลิน สติไม่ไปไหน เฝ้าแต่เห็นความจริงที่ปรากฏอยู่ เช่น ลมยาวกายโปร่ง ลมสั้นกายทึบ และหากรู้ลมได้สบายๆก็พลอยรู้กายได้สบายๆ แต่ถ้าเพ่งจ้องลมมากกายก็พลอยอึดอัดคัดแน่นตามไปด้วย เป็นต้น

หลังจากดูลมจนรู้อิริยาบถได้ เราก็จะสามารถเข้าถึงการฝึกที่พระพุทธเจ้าตรัสแนะไว้อย่างง่ายดาย นั่นคือเมื่อเดินก็รู้ว่าเดิน เมื่อยืนก็รู้ว่ายืน เมื่อนั่งก็รู้ว่านั่ง เมื่อนอนก็รู้ว่านอน เมื่ออยู่ในท่าทางอย่างไรก็รู้ว่าอยู่ในท่าทางอย่างนั้น แจกแจงโดยละเอียดได้ดังนี้

๑) เมื่อเดินก็รู้ว่าเดิน

ท่าทางในการเดินที่สนับสนุนให้เกิดสติคือหัวตั้งตรง ตัวตั้งตรงสองขาเตะไปข้างหน้าสลับกัน โดยมีสัมผัสที่ฝ่าเท้ากระทบพื้นเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาที่ดำเนินไป **ฉะนั้นหากมีสติเดินอย่างรู้ว่าเดิน ก็ย่อมต้องรู้สึกถึงฝ่าเท้ากระทบพื้นไม่ขาด เพราะเท้ากระทบพื้นเป็นสัมผัสที่เกิดขึ้นจริงโดยไม่ต้องใช้จินตนาการ**การเดินไม่ใช่เรื่องยาก ไม่ต้องฝึกก็เดินกันได้ แต่ที่จะรู้อาการเดินให้ถูกต้องตามจริงนั้น จำเป็นต้องฝึกกัน มิฉะนั้นระหว่างเดินมักจินตนาการไปต่างๆ เช่นจินตนาการไปว่าเรากำลังเดินอยู่ด้วยบุคลิกสงบสำรวม เรากำลังเดินด้วยท่าทีที่น่าเกรงขาม เรากำลังเดินอย่างมีความสุขล้นเหลือ เรากำลังเดินไปสู่มรรคผลนิพพานที่รออยู่ไม่กี่ก้าวข้างหน้า หรือในทางตรงข้ามคือจินตนาการไปว่าเรากำลังเดินอย่างคนทอดอาลัยตายอยาก เรากำลังเดินอย่างคนแพ้ที่ไม่มีวันชนะ เรากำลังเดินอย่างคนที่ไม่มีทางไปถึงจุดหมาย ฯลฯ

การแกะเอาจิตออกมาจากจินตนาการ กลับสู่โลกความจริงที่กำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า ก็ต้องอาศัยของจริง เช่นสัมผัสกระทบระหว่างเท้ากับพื้น **เมื่อใดมีสติอยู่กับสัมผัสกระทบตามจริง เมื่อนั้นจินตนาการจะหายไป และจินตนาการหายไปนานขึ้นเท่าใด ใจเราก็จะอยู่ในภาวะรู้จริงไม่ผิดเพี้ยนนานขึ้นเท่านั้น**

นี่จึงเป็นที่มาของการเดินจงกรม นักเจริญสติตั้งแต่สมัยพุทธกาลเป็นต้นมาจะให้เวลากับการเดินจงกรม เพื่อให้แน่ใจว่าสติไม่หายไปไหนเป็นเวลานานพอ ซึ่งเมื่อบ่มเพาะกำลังสติให้แข็งแรงดีแล้ว ต่อไปไม่ว่าเดินที่ไหน ใกล้ไกลเพียงใด ก็จะเป็นโอกาสของการเจริญสติได้หมด

จงกรมคือการเดินกลับไปกลับมาบนทางเท่าที่จะหาได้ อาจเป็นในร่มหรือกลางแจ้ง อาจสั้นเพียงสิบก้าวหรือยาวถึงห้าสิบก้าวความยาวและสภาพของทางจงกรมไม่สำคัญไปกว่าวิธีรู้เท้ากระทบอย่างถูกต้องการจะรู้เท้ากระทบอย่างถูกต้องนั้น เริ่มแรกควรเน้นที่ใจอันเปิดกว้างสบาย ทำนองเดียวกับเดินเล่นชมสวน ขอให้เอามือไพล่หลัง เงยหน้ามองตรงแบบไม่จดจ้องเพ่งเล็งจุดใดจุดหนึ่งก้าวเท้าแบบเดียวกับทอดน่องเดินเพื่อความผ่อนคลาย แต่ในการเดินอย่างผ่อนคลายนั้นเองให้กำหนดรู้ผัสสะระหว่างเท้ากับพื้นไปด้วย **ขอให้สังเกตว่าถ้าเท้าเกร็งจะรู้กระทบไม่ชัด แต่ถ้าเท้าอ่อนและวางเหยียบพื้นได้เต็มฝ่าเท้าจะรู้สึกถึงกระทบได้ชัด ยิ่งรู้ต่อเนื่องนานเท่าใดเท้าก็ยิ่งปรากฏชัดขึ้นเรื่อยๆ เท่านั้น**

ที่เท้าจะอ่อนและวางเหยียบได้เต็มฝ่าเท้านั้น ต้องไม่มีความเร่งร้อน ไม่มีความเพ่งเล็งเคร่งเครียด ไม่มีความฟุ้งซ่านซัดส่ายออกนอกตัว ใจต้องอ่อนโยนอยู่กับเรื่องเฉพาะหน้าคือเท้ากระทบก้าวต่อก้าวอย่างเดียว

หากกำลังฟุ้งซ่านจัดขอให้ลองเดินด้วยอัตราเร็วขึ้นกว่าปกติการรู้สัมผัสกระทบถี่ๆตามจริงจะช่วยลดคลื่นความฟุ้งลงมาได้ เท้าจะลดความกระด้างลง และแม้กายเคลื่อนไปข้างหน้าอย่างเร็วก็ไม่มีความกำเกร็งที่ส่วนใดส่วนหนึ่ง เมื่อรู้สึกถึงเท้ากระทบพื้นชัดเจนอย่างสบาย ตลอดกายช่วงบนปลอดโปร่งดีแล้ว ก็ค่อยลดระดับความเร็วลงมาเป็นปกติเหมือนทอดน่องเช่นเคย

จังหวะกลับตัวที่ปลายทางจงกรมก็สำคัญ หากรีบเร่งกลับตัวแบบไม่ทันรู้เท้ากระทบจะมีผลเสียระยะยาว เช่น ทำให้เคว้งงงหรือทำให้สติขาดลอยไปทีละน้อยรอบต่อรอบ ทางที่ดีคือเมื่อหยุดที่ปลายทางควรให้เท้าเสมอกัน แน่ใจว่ารู้สึกถึงฝ่าเท้าที่เหยียบยืนหยุดนิ่งชั่วขณะนั้น แล้วจึงกลับหลังหันโดยแบ่งออกเป็นขวาหันสองครั้ง เท้าขวานำเท้าซ้าย แต่ละการขยับเท้ายกเหยียบให้รู้สึกถึงสัมผัสกระทบไม่ต่างจากก้าวเดินธรรมดา การฝึกเดินจงกรมในที่เฉพาะเป็นเรื่องดี แต่จะดียิ่งขึ้นถ้าเราทำทุกก้าวในชีวิตประจำวันให้เหมือนเดินในทางจงกรม เพราะสติรู้เท้ากระทบจะนำไปสู่ความรู้ตัวว่ากำลังเดิน และความรู้ตัวว่ากำลังเดินจะนำไปสู่ความรู้อิริยาบถต่างๆอย่างทั่วถึงในที่สุด

■ **แหล่งที่มา** : มหาสติปัฏฐานสูตรในพระไตรปิฎก

■ โดย : พันเอกประชุม สุขสำราญ

ลีลาวาทะ สมเด็จโตฯ

⊙ เอาเยี่ยงหมาสิ

การทายเหตุการณ์ได้ก็เป็นคุณสมบัติประการหนึ่งของนักพยากรณ์ ครางหนึ่งพระอาจารย์เทศ วัดชนะสงคราม เกิดผิดพ้องหมองใจกับเจ้าคุณพระอุดมญาณ เจ้าอาวาส มีความร้อนใจ อยากจะหาที่สบาย คิดว่าจะไปหาเจ้าประคุณสมเด็จฯ บางทีจะสบายใจขึ้นบ้าง จึงข้ามไปวัดระฆัง ท่านถามว่า **"มีธุระอะไรหรือจ๊ะ"** "หมู่นี้เกล้ากระผมไม่ใคร่จะสบายเลย จะทำอย่างไรจึงจะได้ความสบายบ้าง"

"อ้อ อยากจะสบาย ก็ให้ทำเหมือนดังหมาสิจ๊ะ ธรรมดาหมาเมื่อกัดกันขึ้นแล้ว ถ้าตัวหนึ่งแพ้แล้วนอนหงายเสีย เจ้าตัวชนะก็ขึ้นคร่อมอยู่ข้างบนแล้วคำรามทำอำนาจ เจ้าตัวข้างล่างนั้น บางทีมันแหนบกัดเอาได้บ้างเสียอีก ไปทำอย่างนี้สิจ๊ะ"

พระอาจารย์เทศ นึกฉงนใจ น่าอัศจรรย์นักหนาที่เจ้าประคุณสมเด็จฯ ท่านมีญาณพิเศษล่วงรู้ได้ว่าเรามีเรื่องทะเลาะวิวาทกัน

⊙ ให้หวยแม่น

สมัยก่อนนี้ ก็มีการให้หวยเหมือนกัน โดยเฉพาะเจ้าประคุณสมเด็จฯ นั้นใบ้ให้แม่นมาก เพราะหวยมักออกตรงตามที่ท่านบอกเสมอ

นายจ่างกับนายแจ่ม ๒ พี่น้อง ปกติจะผลัดกันเปลี่ยนเวรกันนวดเจ้าประคุณสมเด็จฯ ในเวลาค่ำเสมอ ท่านมักพูดว่า พรุ่งนี้หวยจะออกตัวนั้นตัวนี้ วันรุ่งขึ้นหวยก็จะออกตามนั้นเสมอ จึงเล่าให้ญาติผู้ใหญ่ฟัง

วันหนึ่งญาติ ๒ คน ได้บอกนายแจ่ม ซึ่งจะเข้านวดเย็นวันนั้น ว่าคืนนี้เจ้าประคุณสมเด็จฯ บอกว่าพรุ่งนี้หวยจะออกตัวใดให้จดใส่กระดาษแล้วทิ้งลอดร่องไป ตนจะคอยรับอยู่ที่ใต้ถุนกุฏิ แต่น่าประหลาดที่ในคืนนั้น ท่านนิ่งเฉยไม่พูดถึงเรื่องหวยเช่นเคย นายแจ่มจึงกราบเรียนถามว่า **"หลวงพ่อ พรุ่งนี้หวยจะออกตัวอะไร ครับ" "วันนี้ ฉันบอกไม่ได้ เพราะฉันกลัวหวยของฉันจะลอดร่องจ้ะ"**

ญาตินายแจ่ม ๒ คน ที่ยืนคอยอยู่ใต้ถุนกุฏิได้ยินดังนั้นต่างพากันหัวเราะดังคิกๆ เจ้าประคุณสมเด็จฯ จึงชี้มือไปที่ร่องพร้อมกับพูดว่า "นั่น ! อย่างไรละจ๊ะ"

⊙ เบื่อการรับแขก

ในตอนแก่ชรา เจ้าประคุณสมเด็จฯ เห็นจะเบื่อหน่ายที่จะพยากรณ์ให้ใครๆ ท่านจึงมักเอาน้ำปัสสาวะ ราดรดตามพื้นกุฏิและประตูหน้าก็ปิดเสีย เปิดเฉพาะพอมีแสงสว่างสลัวๆ เท่านั้น ด้วยประสงค์จะให้ผู้ที่มาหาเมื่อเสร็จธุระแล้วจะได้รีบๆ กลับ แม้การทายท่านก็ทายแต่น้อย เช่นดูคนป่วย ถ้าท่านบอกว่า "ให้รีบกลับไป" แสดงว่า คนป่วยนั้นตายแน่ ถ้าท่านบอกว่า "ไม่เป็นไร" แสดงว่า คนป่วยไม่ตาย

⊙ บิณฑบาตเรือล่ม

สมัยรัชกาลที่ ๔ พระบาทสมเด็จฯพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว โปรดฯ ให้สร้างสระบัวขึ้นที่ตำบลปทุมวัน แล้วทรงให้สร้างวัดขึ้นวัดหนึ่งชื่อ วัดปทุมวนาราม ให้เป็นวัดของสมเด็จพระเทพศิรินทราบรมราชินี

ครั้งหนึ่ง ทรงมีพระราชประสงค์จะทรงบาตร ในสระนั้น โปรดฯ ให้อาราธนาเจ้าประคุณสมเด็จฯ กับพระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ผู้ใหญ่ผู้น้อยอีกหลายรูป ลงเรือสำปั้นเล็กที่เรียกว่า เรือบิณฑบาตพายไปรับบาตร

เมื่อเจ้าประคุณสมเด็จฯ รับบาตรแล้วก็ไม่กลับ ยังพายวนเวียนอยู่หน้าพระที่นั่ง บางทีพายเข้าไปใกล้เรือพระราชาคณะที่คอยรับบาตรอยู่นั้น แล้วยกพายขึ้นบังศีรษะพระราชาคณะรูป

นั้น บอกว่า "ฉันช่วยบังแดดให้นะจ๊ะ"

พระบาทสมเด็จฯพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทอดพระเนตรเห็นมีพระราชดำรัสว่า **"เขาให้แล้ว ยังไม่ไปอีก เที่ยวพายวนเวียนอยู่นี่เอง จะเอาอะไรอีกเล่า"**

เจ้าประคุณสมเด็จฯ ถวายพระพรว่า **"เกรงพระราชาคณะที่แก่เฒ่าและไม่ชำนาญพายเรือ ถ้าเรือล่มลงจะได้ช่วยท่านทัน"** แล้วก็พายเลยกลับไป ว่าตั้งแต่นั้นมาก็เลิก มิได้ทรงบาตรในสระนั้นอีก

เรื่องที่เจ้าประคุณสมเด็จฯ ท่านห่วงก็เกิดขึ้นจริงๆ จนได้ ในสมัยรัชกาลที่ ๕ สระที่เสด็จขึ้นไปประทับที่พระราชวังบางปะอิน อยุธยานั้น โปรดฯ ให้นิมนต์พระสงฆ์วัดนิเวศน์ธรรมประวัติกับวัดชุมพลนิกายาราม เข้าไปรับบิณฑบาต ในพระราชวัง ๒ ครั้ง

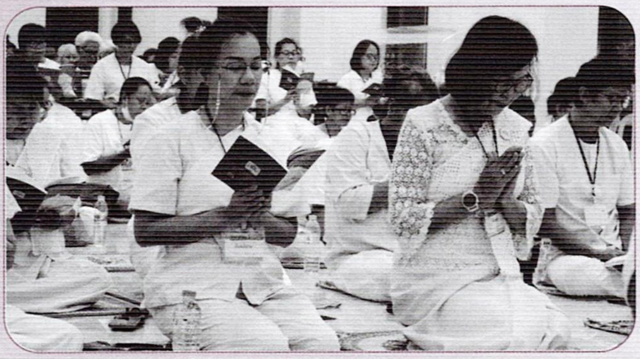
ครั้งแรก เป็นการบิณฑบาตทางบก ใช้บาตรสะพายคล้องไหล่ มีสายโยงตามอย่างโบราณ พระสงฆ์วัดนิเวศน์ธรรมประวัติเป็นฝ่ายธรรมยุติ ค่อนข้างลำบากในการใช้บาตรแบบมีสายสะพายเพราะเคยแต่อุ้มบาตร ต้องใช้เวลาฝึกหัดซ้อมรับบาตรแบบสายสะพายกันอยู่นาน ด้วยเกรงว่าฝาบาตรหรือตัวบาตรจะพลัดตกลงไป แต่พอถึงวันจริง ทุกอย่างก็เป็นไปเรียบร้อยด้วยดี

ครั้งหลัง โปรดฯ ให้เข้ารับบิณฑบาตทางเรือ พระสงฆ์ต่างลงเรือสำปั้นเล็ก ตั้งบาตรไว้ข้างหน้าพายไปเอง เหมือนที่พระไปเที่ยวรับบิณฑบาตทางเรือโดยปกติ วันนั้นพระสงฆ์ที่ไม่ชำนาญการพายเรือ เพราะไม่เคยมาก่อนได้รับความลำบากพอสมควรถึงขนาดเรือพระครูธรรมทิวากร (โห้) เจ้าอาวาสวัดชุมพลฯ เข้าไปล่มในพระราชวัง ต้องช่วยกันเอะอะไปหมด เป็นที่ทุลักทุเลยิ่งนัก

⊙ การถวายพระเกียรติยศ

เมื่อพระบาทสมเด็จฯ พระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงได้รับต้นพระศรีมหาโพธิ จากพุทธคยา ที่พวกอังกฤษนำมาถวายนั้น โปรดฯ พระราชทานต้นพระศรีมหาโพธินั้นไปปลูกตามพระอารามหลวงต่างๆ

เจ้าพนักงานได้มีหมายแจ้งไปยังเจ้าอาวาสให้ไปรับต้น



พระศรีมหาโพธิมาปลูก เจ้าอาวาสทั้งหลายก็เอาเรือจ้างบ้าง เรืออื่นๆ บ้างไปรับ

ฝ่ายเจ้าประคุณสมเด็จฯ กลับมีลิขิตตอบไปว่า ท่านไปรับไม่ได้ ด้วยเกรงจะเป็นการดูหมิ่นเจ้าฟ้าเจ้าแผ่นดินไป **ควรให้เจ้าหน้าที่นำเรือกัญญาไปรับต้นพระศรีมหาโพธิแล้วมีเรือดั้งนำ เชิญไปพระราชทานตามวัดจึงจะสมควรแก่พระเกียรติยศ**เจ้าพนักงานได้นำลิขิตนั้นขึ้นกราบบังคมทูล ทรงมีพระราชดำรัสว่า **"ถูกของท่าน"** เมื่อเป็นเช่นนี้ วัดที่รับต้นพระศรีมหาโพธิไปแล้ว ก็ต้องนำมาส่งคืน เจ้าพนักงานจึงเชิญต้นพระศรีมหาโพธิลงเรือกัญญา มีขบวนแห่ไปส่งตามพระอารามหลวงต่อไปตามคำแนะนำของเจ้าประคุณสมเด็จฯ

⊙ แนะนำตัวทิฐิ

คราวหนึ่ง ท่านไปเทศน์ที่วัดศรีประวัติ จังหวัดนนทบุรี ขณะที่นั่งพักรอเวลาอยู่บนอาสน์สงฆ์นั้น มีอุบาสกคนหนึ่งกราบเรียนถามว่า "ตัวทิฐินั้น มันเป็นอย่างไร"

"ถ้าอยากรู้ตัวทิฐิ เดี๋ยวก็รู้" ท่านตอบ

ครั้นถึงเวลาเทศน์ เจ้าภาพก็จุดเทียนที่หน้าธรรมาสน์ ปี่พาทย์ก็เริ่มบรรเลงเพลงสาธุการ แต่เจ้าประคุณสมเด็จฯ ยังนั่งเฉยทำเป็นทองไม่รู้ร้อน มีใครคนหนึ่งกราบเรียนว่า "ถึงเวลาแล้ว ขออาราธนาพระเดชพระคุณขอรับ"

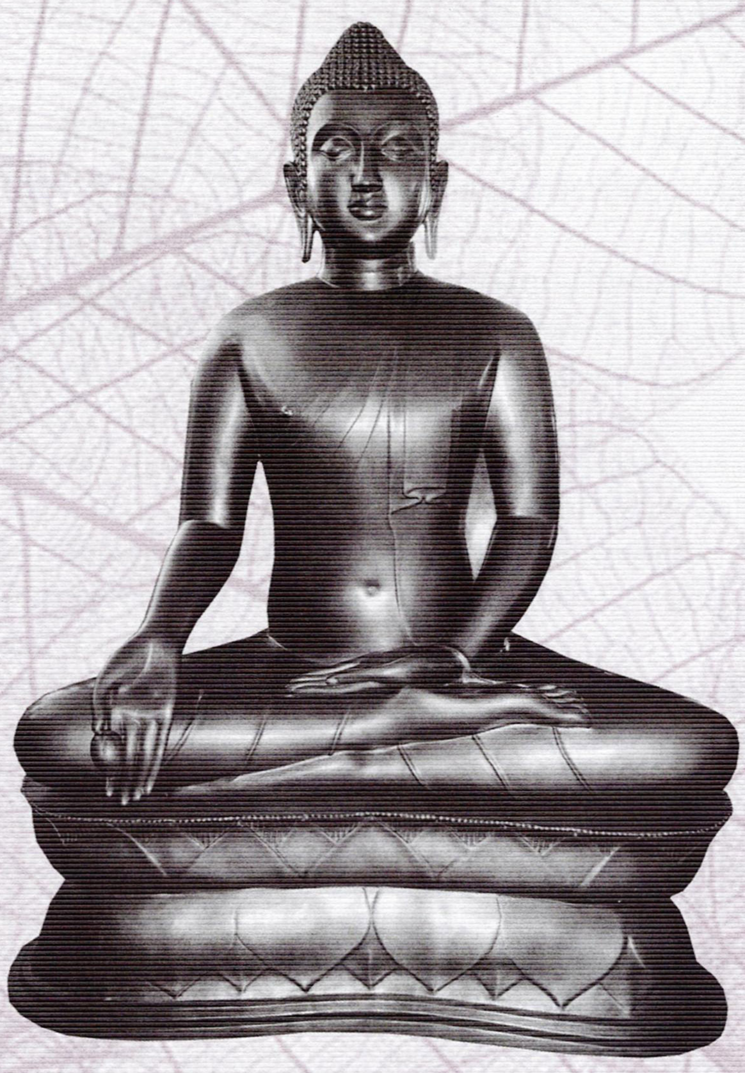
ท่านก็ยังนั่งเฉยอยู่เหมือนเดิม จนกระทั่งอุบาสกคนนั้นเข้าไปกราบเรียนนั่นแหละ ท่านจึงว่า **"นี่แหละ คือตัว ทิฐิ ละจ้ะ"** แล้วลงจากอาสน์สงฆ์ขึ้นธรรมาสน์เทศน์ต่อไป

⊙ เหล็กดี-หินดี

คราวหนึ่งรัชกาลที่ ๔ รับสั่งถามเจ้าประคุณสมเด็จฯ ณ ที่รโหฐานเป็นการส่วนพระองค์ว่า การเสพเมถุนธรรม เพียงครั้งเดียวจะเกิดบุตรได้หรือไม่

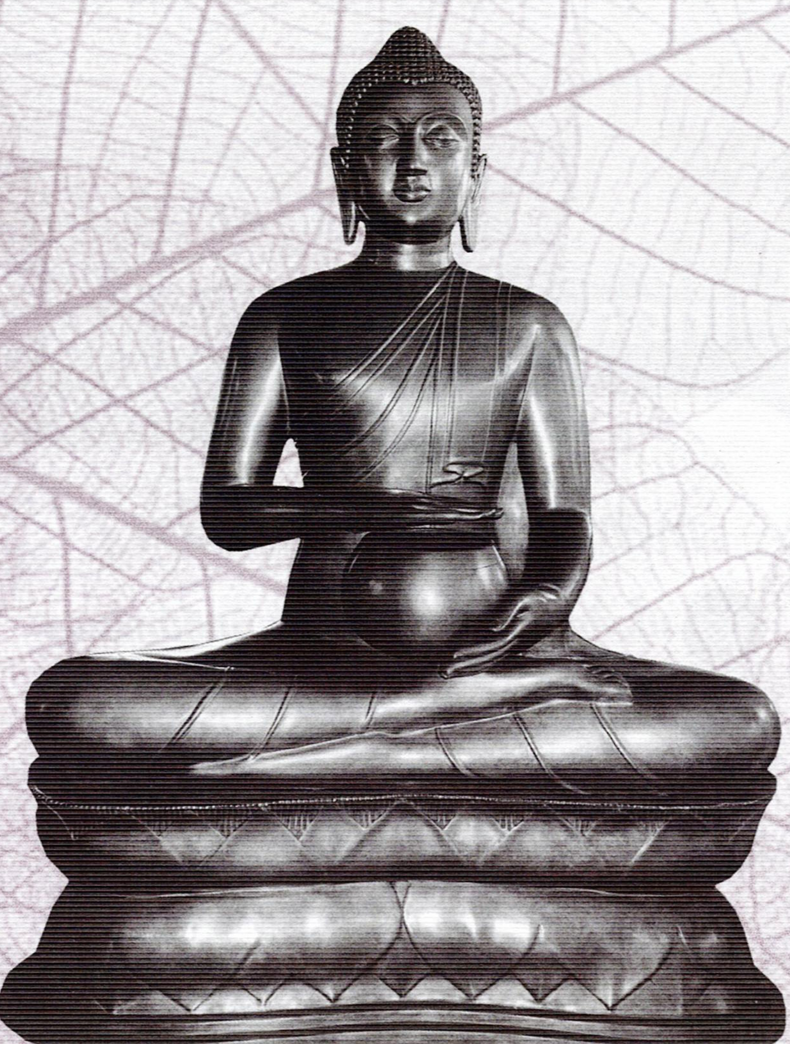
ท่านถวายพระพรว่า **"การเสพเมถุนธรรม แม้เพียงครั้งเดียว ย่อมจะเกิดบุตรได้ อุปมาว่า เหล็กดี หินดี ประกอบกับเชื้อดีด้วย ตีทีเดียวไฟก็ติด"**

■ **แหล่งที่มา** : ลานธรรมจักร เรื่องลีลาวาทะสมเด็จโตฯ
จาก http://www.dhammajak.net



ปางฉันสมอ

สัปดาห์ที่เจ็ดไปประทับ
ร่มเกดรับสุวิมุติสุดดียิ่ง
รับสมอจากอินทรนุสรณ์อิง
ด้วยเกรงกริ่งความกระหายทำลายองค์
แต่เพราะอำนาจนำธรรมปีติ
แม้จะมิได้เสวยดังประสงค์
ก็ทรงชนม์อยู่สบายคลายทุกข์ปลง
ด้วยมั่นคงในธรรมรสบททั้งปวง



ปางประสานบาตร

ตปุสสะภัลลิกะสองพี่น้อง
เป็นพ่อค้าชื่อก้องในเมืองหลวง
สัตตุก้อน,ผงนำออกบำบวง
เข้าสู่ห้วงศรัทธาพาบำเพ็ญ
ท้าวจตุโลกบาลถวายบาตร
พระองค์จึงประกาศให้พบเห็น
ประสานบาตรสี่ใบไม่ยากเย็น
รวมเข้าเป็นของประหลาดบาตรใบเดียว

เทศกาลกินเจ ๒๕๖๖

ในช่วงเทศกาลกินเจจะมีการจัดงานหรือพิธีกรรมต่าง ๆ โดยสถานที่ที่ได้รับความนิยมและมีการจัดงานอย่างยิ่งใหญ่ในทุกปีคือ **"เทศกาลกินเจภูเก็ต"** หรือที่คนภูเก็ตเรียกว่าประเพณีถือศีลกินผัก (เจี๊ยะฉ่าย) นอกจากการถือศีลกินเจ ยังมีการทำพิธีกรรมสำคัญตามความเชื่อซึ่งจะไม่เหมือนกับที่อื่น ๆ อย่างเช่น การยกเสาโกเต้ง หรือยกเสาเทวดา จากนั้นจะทำการจุดตะเกียงไฟไว้บนยอดเสา ๙ ดวง และต้องจุดไว้ตลอดทั้ง ๙ วัน ๙ คืน ซึ่งถือเป็นพิธีกรรมที่สำคัญที่สุดของเทศกาลกินเจภูเก็ต อีกทั้งยังมีพิธีกรรมอันศักดิ์สิทธิ์ของแต่ละศาลเจ้าที่น่าตื่นตาตื่นใจยิ่งใหญ่อลังการ ถือเป็นศูนย์กลางของเทศกาลกินเจที่ยิ่งใหญ่และเป็นที่รู้จักของชาวต่างชาติมากที่สุด

อีกหนึ่งสถานที่ที่ได้รับความนิยมคือ "เทศกาลกินเจเยาวราช" เนื่องจากเป็นย่านที่มีคนไทยเชื้อสายจีนอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก สำหรับเทศกาลกินเจย่านเยาวราชมักจัดเป็นเวลา ๑๐ วัน ๑๐ คืน โดยจะเริ่มตั้งแต่วันที่ ๑๔-๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๖ ภายในงานจะมีพิธีกรรมที่สำคัญที่สุดคือ การอัญเชิญผงธูปมวลสาร 22 ศาลเจ้ามาประดิษฐานที่ซุ้มประตูเฉลิมพระเกียรติฯ เยาวราช เพื่อให้ผู้เข้าร่วมงานได้มากราบไหว้บูชา นอกจากนี้ยังมีการเปิดให้ขายอาหารเจตลอดทั้งแนวถนนอีกด้วย

ที่มาของการกินเจคืออะไร?

ประเพณีกินเจ เรียกว่า "เก้าอ๊วงเจ" หรือ "กิ้วอ๊วงเจ" ซึ่งแปลว่า เจเดือน ๙ ตามตำนานที่มาของการกินเจมีเรื่องเล่าอยู่มากมาย ไม่ว่าจะเป็นเพื่อการบูชาวีรชน "หงี่หั่วท้วง" การบูชาพระพุทธเจ้า ๗ องค์และพระมหาโพธิสัตว์ ๒ องค์ หรือการบูชาราชวงศ์ซ้อง เป็นต้น สำหรับคนเชื้อสายจีนบางคนการกินเจถือเป็นประเพณีและความเชื่อทางศาสนา พวกเขาเลือกที่จะถือศีลกินเจเพื่อชำระร่างกายและจิตใจให้บริสุทธิ์ สำหรับคนไทยเชื้อสายจีนการกินเจเป็นการรักษาศีล ๘ ตามพุทธนิกายมหายาน หลายคนอาจเคยได้ยินประโยคที่ว่า "กินเจหนึ่งมื้อ หมื่นชีวิตรอดตาย" เพราะมีความเชื่อว่าการกินเจช่วยละเว้นการฆ่าสัตว์ ถือเป็นการสักการบูชาแก่พระพุทธเจ้าและพระโพธิสัตว์กวนอิมหรือเจ้าแม่กวนอิมด้วยนั่นเอง

เทศกาลกินเจห้ามกินอะไรบ้าง?

- เนื้อสัตว์ทุกชนิด
- ผักที่มีกลิ่นฉุน กลิ่นแรง ได้แก่ กระเทียม, หัวหอม, ต้นหอม, กุยช่าย, ใบยาสูบ ยาเส้น (บางคนอาจงดกินผักชี)
- นม เนย น้ำมัน ที่ทำมาจากสัตว์
- เครื่องปรุงรส ที่ทำมาจากสัตว์
- อาหารที่มีรสจัด
- งดเว้นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และของมึนเมาทุกชนิด

กินเจกินไข่ได้ไหม? เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่หลายคนสงสัย ตามความเชื่อว่าการกินเจก็เพื่อละเว้นการฆ่าสัตว์ "ไข่" ถือเป็นผลผลิตจากสัตว์ ดังนั้น จึงไม่สามารถกินไข่ได้เช่นกัน

■ **แหล่งที่มา** : https://www.tidlor.com/

กิจกรรมพุทธสถานสัมพันธ์ปันน้ำใจ

● วันที่ ๒๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ ร่วมกับกองสวัสดิการสังคม กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลโคกสำโรง แจกเครื่องอุปโภค บริโภค ในโครงการเยี่ยมเสริมพลังผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง ผู้ป่วยเรื้อรังและผู้พิการ จำนวน ๒๔ ชุด สู่ชุมชนตำบลโคกสำโรง สนับสนุนโดยความเมตตาจาก พระราชวิสุทธิประชานาถ (หลวงพ่ออลงกต)

● วันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๖ พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ นำสังฆทาน มอบให้กับ วัดหนองคู จำนวน ๔๔ ชุด ในโครงการมหาสังฆทาน หลวงพ่ออลงกต เมตตา อุปถัมภ์วัด ที่ขาดแคลน วัดที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล และวัดบริเวณใกล้เคียงพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

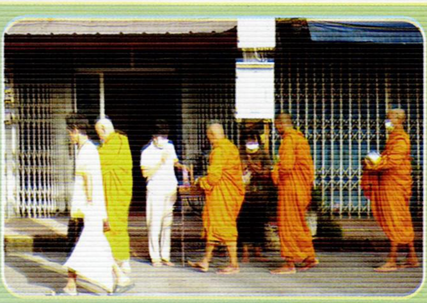
● วันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ นำสังฆทาน มอบให้กับ วัดหนองหอย จำนวน ๕๐ ชุด ในโครงการมหาสังฆทาน หลวงพ่ออลงกตเมตตา อุปถัมภ์วัด ที่ขาดแคลน วัดที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล และวัดบริเวณใกล้เคียงพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

ประมวลภาพกิจก
(หลบความวุ่นวายพักผ่อ

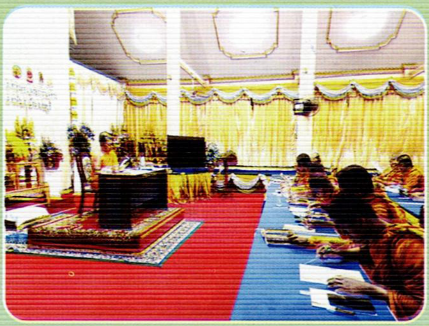
กรรมปฏิบัติธรรม
อนให้สบาย...ที่พุทธสถาน)

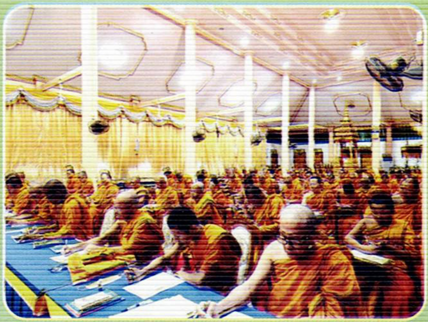
ข่าวและกิจกรรมของคณะสงฆ์ในจังหวัดลพบุรี

- วันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๖๖ คณะสงฆ์อำเภอโคกสำโรง บิณฑบาตสิ่งของช่วยเหลือ เพื่อสงเคราะห์กลุ่มเปราะบาง ผู้ป่วยติดเตียง

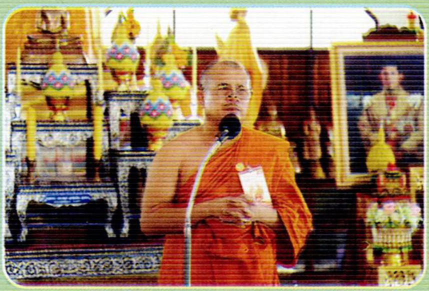


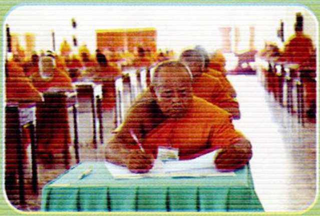
- วันที่ ๑๗ - ๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๖ คณะสงฆ์อำเภอเมืองลพบุรี โครงการอบรมนักธรรมชั้นตรี-โท ก่อนสอบ จำนวน ๒๓๐ รูป ณ วัดเสาธงทอง พระอารามหลวง ต.ท่าหิน อ.เมืองลพบุรี จ.ลพบุรี





- วันที่ ๒๓ - ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๖ จัดการสอบธรรมสนามหลวงนักธรรมชั้นตรี ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๖ ณ สนามสอบวัดสิงห์คูยาง ต. โคกสำโรง อ.โคกสำโรง จ.ลพบุรี





พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ

ขอเชิญร่วมบูชาวัตถุมงคล

เพื่อสมทบทุนสร้าง อาคารแท่นประดิษฐาน พระพุทธลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ และอาคารประกอบ

A.พระพุทธเจ้าน้อย *(องค์ผิว)*

ราคา 999 บาท

B.พระพุทธเจ้าน้อย *(องค์ทอง)*

ราคา 1,499 บาท

C.พระพุทธเจ้าน้อย *(องค์ผิว)*

ราคา 1,999 บาท

D.พระพุทธเจ้าน้อย *(องค์ทอง)*

ราคา 2,999 บาท

E.พระพุทธเจ้าน้อย *(รมมันปู)*

ราคา 3,999 บาท

F.พระพุทธเจ้าน้อย *(ไฟเบอร์รมมันปู)*

ราคา 499 บาท

G.พระพุทธเจ้าน้อย *(ปิดทอง)*

ราคา 4,999 บาท

H.พระพุทธเจ้าน้อย *(ไฟเบอร์พ่นทอง)*

ราคา 499 บาท

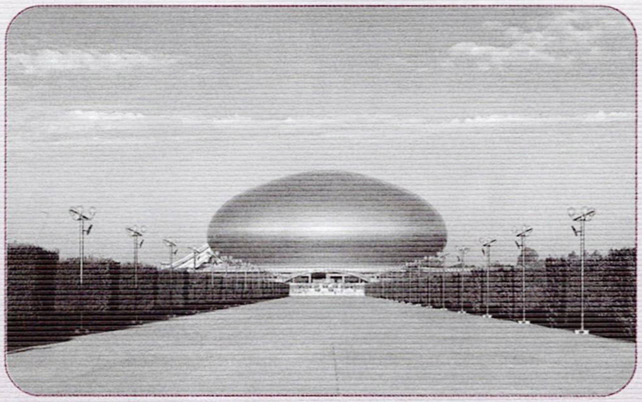
สนใจสั่งจอง
๐๙-๔๓๕๑-๘๒๖๐

พาเที่ยววัด

วัดพระพุทธแสงธรรม จ.สระบุรี

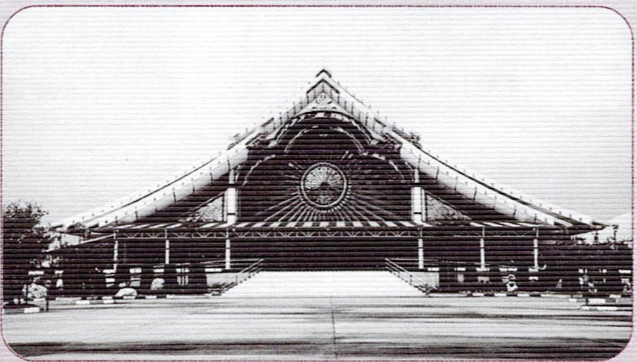
ที่ตั้งวัดพระพุทธแสงธรรม

วัดพระพุทธแสงธรรม ตั้งอยู่ที่ตำบลหนองนาก อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี บนพื้นที่กว้างขวางกว่า ๓๐๐ ไร่ ท่ามกลางความเงียบสงบอันน่าศรัทธาเปิดให้พุทธศาสนิกชนเข้าชมทุกวัน ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐-๑๘.๐๐ น.



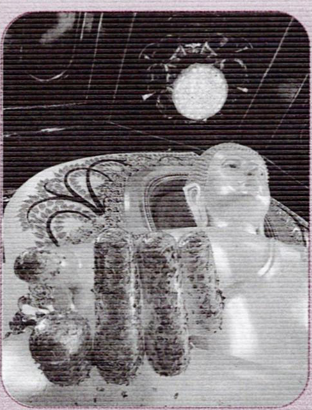
ประวัติวัดพระพุทธแสงธรรม

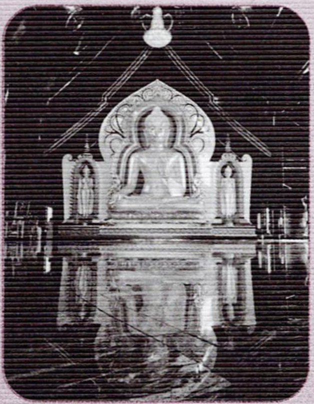
วัดพระพุทธแสงธรรม เป็นสถานที่ที่สร้างโดยจิตศรัทธาของพุทธศาสนิกชนทั่วไป โดยพระสุนทรธรรมภาณ (เจ้าคณะจังหวัดสระบุรี) เป็นประธานในการก่อสร้าง เพื่อเป็นประโยน์สำหรับพระพุทธศาสนาและพุทธศาสนิกชนทั่วไป ในการบำเพ็ญกุศลเป็นการสืบทอดพระพุทธศาสนาและวัฒนธรรมประเพณีของเราชาวไทยให้ยังยืนสืบต่อไป



มหาวิหารทรงบาตรคว่ำ

หนึ่งในไฮไลต์สำหรับการมาเที่ยวชม**วัดพระพุทธแสงธรรม** เห็นจะเป็นการเยี่ยมชมมหาวิหารทรงบาตรคว่ำ หรือที่เรียกกันว่าโดมยักษ์ ความน่าสนใจอยู่ที่สถาปัตยกรรมที่มีลักษณะเป็นโดมเหล็กสีเงินแวววาว มีความสูงประมาณ ๕๐ เมตร และกว้างประมาณ ๙๐ เมตร ครอบองค์พระพุทธรูปปางปฐมเทศนา สวยงาม แปลกตา นับเป็นอีกหนึ่งความอันซีน(UNSEEN)ซึ่งเป็นจุดเด่นของวัดพระพุทธแสงธรรม ทั้งยังเป็นการแฝงธรรมะที่ว่า **"อิ่มแล้วกับการเกิดทั้งหลาย ทุกการเกิดนั้นเป็นทุกข์ และไม่พึงแสวงหาการเกิดอีกต่อไป"**





สิ่งที่น่าสนใจภายในวัดพระพุทธแสงธรรม

ไม่เพียงแต่มหาวิหารทรงบาตรคว่ำที่สร้างความตื่นตาตื่นใจให้กับผู้ที่มาเที่ยวชม ภายใน**วัดพระพุทธแสงธรรม**ยังมีสิ่งที่น่าสนใจอื่น ๆ อีก เช่น

อุโบสถไม้แดง ประดับด้วยโคมไฟต่าง ๆ ภายในมีพระประธานองค์พุทธปฏิมากรสีขาว พระยืนปางห้ามสมุทร อยู่ด้านซ้าย และปางแสดงอิทธิปาฏิหาริย์อยู่ด้านขวา เป็นองค์สีขาวล้วน

ศาลาปฏิบัติธรรม ตั้งอยู่ตรงกันข้ามอุโบสถไม้แดง สำหรับผู้ที่อยากมาปฏิบัติธรรมได้เข้ามาใช้

อุทยานเจ้าแม่กวนอิม รายล้อมด้วยสวน และสามารถมองเห็นศาลาและโดมยักษ์ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งจุดชมวิวและจุดถ่ายรูปสวยของวัด ล้วนแล้วแต่งดงามด้วยสถาปัตยกรรมแห่งพุทธศิลป์ให้เดินเที่ยวชมกันเพลิน ๆ

■ **แหล่งที่มา** : wadprabuddhasangdham.com

งานประจำปี

พุทธสถานลพบุรี ศรีสุวรรณภูมิ

วันที่ 5 - 9 ธันวาคม 2566

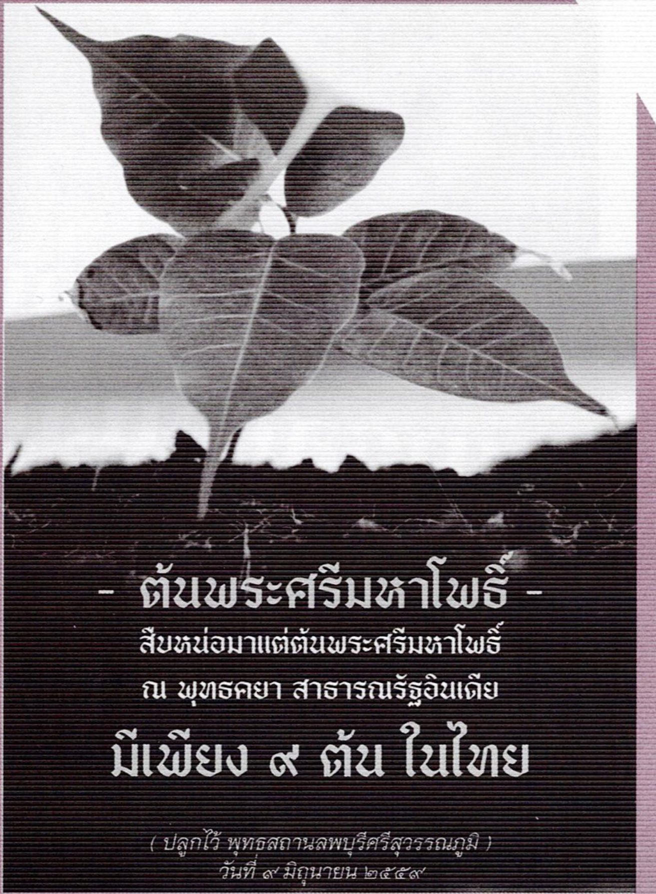
- **พิธีบำเพ็ญกุศล** ทักษิณานุประทานอุทิศถวายแด่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร รัชกาลที่ 9
- **กิจกรรมส่งเสริมพระพุทธศาสนา** (แข่งขันสวดมนต์หมู่ทำนองสรภัญญะ , บรรยายธรรม , แต่งบทประพันธ์ (กลอนแปด) , แข่งขันการวาดภาพ)
- **พิธีวางศิลาฤกษ์** อาคารอำนวยการ และอาคารรับรอง

ทุกวัน!

ปฏิบัติธรรม / ชมมหรสพ / ทำบุญรับโชค
ปิดทองพระ และกิจกรรมทำบุญมากมาย

ต้นพระศรีมหาโพธิ์

ประวัติ "ต้นพระศรีมหาโพธิ์" ทั้ง ๔ ต้น ที่พุทธคยา



"พุทธ คยา" เป็นสถานที่ตรัสรู้ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยมี "ต้นพระศรีมหาโพธิ์" เป็นต้นไม้แห่งการตรัสรู้ ณ ที่แห่งนี้รวมทั้งหมดมี ๔ ต้น และทั้ง ๔ ต้นนี้ได้เจริญเติบโตทดแทนกันมาเรื่อยๆ จากที่เดิมและมีประวัติความเป็นมาอันยาวนาน นับเป็นอนุสรณ์สถานที่มีคุณค่าของชาวพุทธและมวลมนุษยชาติทั่วโลก ปัจจุบันพุทธคยาได้ถูกยกให้เป็น "มรดกโลก" ตั้งแต่เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๔๕

(๑) ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๑

เป็นต้นไม้คู่พระบารมี และเป็นสหชาติของพระโพธิสัตว์ เกิดขึ้นพร้อมกับวันที่พระโพธิสัตว์ประสูติ ตามพระพุทธประวัติกล่าวว่าสหชาติมี ๗ ประการ (สัตตสหชาติ) คือ พระนางพิมพา, พระอานนท์พุทธอนุชา, นายฉันนะ, อำมาตย์กาฬุทายี, ม้ากัณฐกะ, ขุมทรัพย์ ๔ มุมเมือง และต้นอัสสัตถพฤกษ์หรือต้นโพธิ์

ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๑ เป็นต้นที่พระพุทธเจ้าทรงประทับตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณ พระองค์ได้รับการถวายหญ้ากุสะจำนวน ๘ กำจากโสตถิยะพราหมณ์ เพื่อปูเป็นที่ประทับเมื่อใกล้รุ่งของวันเพ็ญ เดือน ๖ จึงตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระองค์ตรัสว่าต้นพระศรีมหาโพธิ์เป็นต้นไม้แทนพระพุทธองค์ หากใครได้ไหว้ได้สักการะต้นพระศรีมหาโพธิ์ก็เท่ากับว่าได้ไหว้สักการะพระ พุทธองค์ และหลังจากที่พระพุทธองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว มีผู้เลื่อมใสศรัทธามากราบไหว้ต้นพระศรีมหาโพธิ์เป็นจำนวนมาก

ในสมัย พระเจ้าอโศกมหาราช พระองค์ทรงเป็นองค์เอกอัครศาสนูปถัมภ์ ทำให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองเป็นอันมาก เช่น ทรงสร้างพระเจดีย์ถวายเป็นพุทธบูชาจำนวนถึง ๘๔๐๐๐ องค์ ซึ่งทำให้พระเจ้าอโศกมหาราชไม่สนพระทัยในความสุขส่วนพระองค์เหมือนเช่นเคย ว่างเว้นจากราชกิจก็มาปฏิบัติธรรมใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ไม่กลับวังที่ประทับ จึงเป็นเหตุให้เหล่าพระมเหสีนางสนมทั้งหลายต่างพากันโกรธแค้นอิจฉาต้นพระศรี มหาโพธิ์ พระมเหสีองค์ที่ ๔ ของพระเจ้าอโศกมหาราช นามว่ามหิสุนทรี (พระนางติษยรักษิต) ได้รับสั่งให้นางข้าหลวงนำยาพิษและน้ำร้อนแอบไปรดที่โคนต้นพระศรีมหาโพธิ์ จนทำให้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ตายไปในที่สุด นับเป็นการล้มตายลงไปหลังสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เสด็จเข้าสู่ ปรินิพพานล่วงไปแล้ว ๒๐๐ ปี

การล้มตายของต้นพระศรีมหาโพธิ์ ทำให้พระเจ้าอโศกมหาราชทรงเสียพระทัยเป็นอันมาก ได้ทรงมีรับสั่งให้มหาดเล็กเอาน้ำนมโค ๑๐๐ หม้อไปรดที่บริเวณรากของต้นพระศรีมหาโพธิ์ที่ล้มตายลงไปนั้นทุกวัน และทรงอธิษฐานพร้อมกับการสักการะก้มกราบ พระองค์ทรงมีพระราชปรารภว่า หากแม้ว่าต้นพระศรีมหาโพธิ์ไม่แตกหน่อขึ้นมาแล้วไซร้จะไม่ยอมลุกขึ้นเป็นอันขาด ด้วยพุทธานุภาพและพระราชศรัทธาอันแรงกล้าแห่งพระเจ้าอโศกมหาราช เป็นที่อัศจรรย์ต้นพระศรีมหาโพธิ์ภายหลังก็แตกหน่องอกขึ้นมาใหม่ จึงได้นับหน่อนี้เป็นต้นที่ ๒ และมีอายุยืนต่อมาอีกหลายร้อยปี พระเจ้าอโศกมหาราชทรงดีพระทัยเป็นอันมาก จึงทรงมีรับสั่งให้ก่อกำแพงล้อมรอบไว้เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นกับ ต้นพระศรีมหาโพธิ์อีก

(๒) ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๒

ถือ เป็นต้นที่แตกหน่อมาจากต้นแรก การที่พระเจ้าอโศกมหาราชได้เผยแผ่พระพุทธศาสนาไปทั่วโลก จึงมีการนำต้นพระศรีมหาโพธิ์ไปปลูกในประเทศต่างๆ ด้วย เช่น พระโสณะเถระและพระอุตตรเถระ เดินทางไปยังดินแดนสุวรรณภูมิ และ พระมหินทเถระ พระนางสังฆมิตตาเถรีเดินทางไปยังประเทศศรีลังกา เป็นต้น โดยพระภิกษุและพระภิกษุณีเหล่านี้ได้นำต้นหรือกิ่งของต้นพระศรีมหาโพธิ์ไปด้วย

ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๒ ถูกทำลายจนล้มตายอีกครั้ง ในสมัย พระเจ้าปรณวรมา แคว้นมคธของพระองค์ได้ถูกรุกรานโดย พระเจ้าสาสังการ แห่งฮินดู จากแคว้นเบงกอล พระเจ้าสาสังการได้ทรงรับสั่งให้ตัดต้นและขุดราก ใช้ฟางอ้อยสุม ใช้น้ำมันราด และเผาต้นพระศรี

มหาโพธิ์ซึ่งมีอายุราว ๘๗๑-๘๙๑ ปี จนล้มตาย เจ็ดวันหลังจากนั้น พระเจ้าสาสังการทรงอาเจียนเป็นพระโลหิต และสิ้นชีพตักษัยที่พุทธคยา ซึ่งพระเจ้าปรณวรมาเสด็จมาพอดี จึงตีทัพของเบงกอลแตกพ่ายไป และทรงให้ชาวบ้านรีดนมโค ๑,๐๐๐ ตัว เอาน้ำนมที่ได้เทราดบริเวณต้นโพธิ์ที่ถูกเผา พระเจ้าปรณวรมาทรงนอนคว่ำหน้าลงกับพื้น พร้อมอธิษฐานตามแบบพระเจ้าอโศกมหาราช ซึ่งภายหลังต้นพระศรีมหาโพธิ์ก็แตกหน่องอกขึ้นมาใหม่อีกครั้งหนึ่ง จึงได้นับหน่อนี้เป็นต้นที่ ๓

(๓) ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๓

ในปี พ.ศ. ๒๔๑๘ นายพลโทเซอร์ อเล็กซานเดอร์ คันนิ่งแฮม (Sir Alexander Cunningham) ชาวอังกฤษ หัวหน้าคณะสำรวจพุทธสถานในช่วงอังกฤษปกครองประเทศอินเดีย ผู้ค้นพบสถานที่ตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้เดินทางไปที่เมืองพุทธคยาเป็นครั้งที่สอง พบว่าต้นพระศรีมหาโพธิ์ทรุดโทรมมาก ประชาชนชาวฮินดูในบริเวณนั้นได้ตัดกิ่งก้านไปทำเชื้อเพลิง ครั้นเมื่อประมาณปี พ.ศ. ๒๔๒๑-๒๔๒๓ ได้เกิดพายุใหญ่ เป็นเหตุให้ต้นพระศรีมหาโพธิ์เบียดกับพระเจดีย์พุทธคยา กระทั่งหักโค่นล้มลงไปทางทิศตะวันตกและล้มตายไปเอง ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๓ มีอายุยืนประมาณ ๑๒๕๘-๑๒๗๘ ปี

(๔) ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๔

เป็นต้นที่ยังคงยืนต้นอยู่ที่พุทธคยาในปัจจุบัน เป็น ๑ ใน ๒ หน่อที่แตกขึ้นมาจากต้นพระศรีมหาโพธิ์ ต้นที่ ๓ ที่ล้มตายไป โดย ท่านเซอร์คันนิ่งแฮม ได้บำรุงดูแลหน่อที่เกิดมานั้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๒๓ และนำอีกหน่อหนึ่งไปปลูกไว้ด้านทิศเหนือของพระเจดีย์พุทธคยา ห่างจากต้นเดิมประมาณ ๕๐ เมตร

◆ *ได้รับเกียรติจาก* ***นายพลากร สุวรรณรัฐ*** *องคมนตรี* ◆
เป็นประธานในพิธีปลูกต้นพระศรีมหาโพธิ์

ปัจจุบัน "ต้นพระศรีมหาโพธิ์" ทั้ง ๒ ต้นยังคงยืนต้นอยู่ มีอายุยืนถึงทุกวันนี้กว่า ๑๓๒ ปี ท่านสาธุชนผู้ศรัทธาสามารถเดินทางไปสักการะได้ด้วยตนเอง

เหตุไฉน จึงได้ชื่อว่าต้นโพธิ์ โพธิญาณพฤกษา พันธุ์ไม้ที่พระพุทธเจ้า ๒๘ พระองค์ ประทับตรัสรู้

ใน พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๓ พระสุตตันตปิฎก เล่ม ๒๕ ขุททกนิกาย พุทธวงศ์ โคตมพุทธวงศ์ กล่าวไว้ว่า พระพุทธเจ้าองค์ที่ ๒๘ พระนามว่า พระโคตมพุทธเจ้า ทรงบำเพ็ญเพียรประพฤติทุกรกิริยาอยู่ ๖ ปี จึงได้ประทับตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณ ณ ควงไม้อัสสัตถะ ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา

"ต้นอัสสัตถะ" หรือ "ต้นอัสสัตถพฤกษ์" นั้น รู้จักกันดีในชื่อของต้นโพ, ต้นโพธิใบ, ต้นโพธิ์ หรือพระศรีมหาโพธิ ชาวลังกาเรียกว่า Bohd tree และชาวอินเดียเรียกว่า Pipal นี้นับได้ว่าเป็นต้นไม้ที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในพระพุทธประวัติอีกชนิด หนึ่ง เพราะเจ้าชายสิทธัตถะราชกุมาร ในระหว่างบำเพ็ญพรตเพื่อหาสัจธรรมนั้น ได้ทรงเลือกนั่งประทับที่โคนต้นโพธิ์จนกระทั่งพระองค์ได้ตรัสรู้พระสัมมา สัมโพธิญาน คือ อริยสัจ ๔ อัน ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เมื่อวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖

แม้พระองค์จะตรัสรู้เป็นพระ พุทธเจ้าแล้ว ก็ยังต้องทรงใช้พลังจิตรบกับพวกมาร (การเอาชนะกิเลสฝ่ายต่ำ) ก็โดยประทับอยู่ใต้โคนต้นโพธิ์อีกเช่นกัน เพราะโพธิ์มีร่มเงาเหมาะแก่การพักพิงและบำเพ็ญพรตเป็นอย่างยิ่ง ปัจจุบันต้นโพธิ์ที่สำคัญที่สุดอยู่ที่พุทธคยา ประเทศอินเดีย แต่ว่าไม่ใช่ต้นเดิมแต่ครั้งพุทธกาล เป็นต้นที่แตกหน่อมาจากต้นเดิม

ณ ที่พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิเมื่อวันที่ วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๕๙ต้นพระศรีมหาโพธิ์สืบหน่อมาแต่ต้นพระศรีมหาโพธิ์ ณ พุทธคยา สาธารณรัฐอินเดียมีเพียง ๙ ต้นในไทย(ปลูกเนื่องในโอกาสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติครบ ๗๐ ปี)

ร่วมปลูกโดยสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ เจ้าคณะใหญ่หนกลางและ**ท่านเจ้าคุณพระราชวิสุทธิประชานาถ** (หลวงพ่ออลงกต) ได้รับเกียรติจาก**นายพลากร สุวรรณรัฐ** องคมนตรีเป็นประธานในพิธีปลูกต้นพระศรีมหาโพธิ์

ปัจจุบันได้ทำการขยายพันธุ์ จากหน่อต้นพระศรีมหาโพธิ์ สืบหน่อมาแต่ต้นพระศรีมหาโพธิ์จากพุทธคยา สาธารณรัฐอินเดีย ปลูกเนื่องในวันวิสาขบูชา ที่ ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ โดยหลวงพ่ออลงกต นำพุทธศาสนิกชนปลูกร่วมกัน

■ **แหล่งที่มา** : http://www.watthaibuddhagaya935.com/

อย่าอิจฉาใคร เพียงเพราะไม่มีความสุข

ความ **"อิจฉา"** เป็นเรื่องของความอ่อนไหวทางอารมณ์ บางครั้งก็ตรงไปตรงมา บางครั้งก็ซับซ้อน แต่เราล้วนคงเคยสัมผัสประสบการณ์ภาวะอารมณ์นี้ มุมหนึ่งก็ดูเป็นเรื่องธรรมดาที่คนเราต้องอิจฉากันบ้าง แต่บางทีไม่ให้มันเกิดขึ้นคงดีกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าอิจฉาใครเพียงเพราะ **"ไม่มีความสุข"** นั่นจะยิ่งทำให้ สุขห่างไกลเราไปอีก

คนที่มีความสุข ย่อมไม่อิจฉา

บนความหมายอย่างเป็นทางการของภาษาไทย อิจฉา ถือว่าน้อยกว่า **"ริษยา"** ดังนั้นอิจฉาไม่จำเป็นต้องมีความเกลียดชังเกี่ยวข้อง หรืออีกฝ่ายไม่จำเป็นต้องรับรู้ และระดับความมากน้อยมักเกิดอยู่ภายในตัวเราเองเป็นหลัก แม้แรงกระตุ้น หรือปัจจัยที่ทำให้เกิดความอิจฉา มาได้จากหลายทาง "การไม่มีความสุข" ก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญ โดยจะเคยรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม

หากบอกว่า **คนที่กำลังมีความสุข จะไม่นึกอิจฉาใคร...**เพราะส่วนใหญ่แล้วภาวะสุขเราก็สนใจแต่ตัวเองอยู่แล้ว ดื่มด่ำความสุขไปจะมาสนใจเรื่องคนอื่นทำไมในตอนนั้น และอาจนึกออกด้วยว่า เวลาเราเป็นฝ่ายเห็นคนอื่นมีความสุขต่างหากจึงรู้สึกอิจฉาได้ แต่นี่ก็เพียงส่วนเดียวในภาวะอารมณ์ที่เรียกว่าสุข เกิดขึ้นชั่วครู่ ชั่วคราว ไม่ใช่ตลอดไปหรือเสมอไป

ความอิจฉาย่อมมีพื้นฐานจากการเปรียบเทียบเป็นสำคัญ ดังนี้สิ่งแรกที่เป็นข้อสังเกตคือ หากเราไม่ได้มองใคร หรือเห็นสิ่งใดให้เกิดการเปรียบเทียบ ถูกกระตุ้น ย่อมไม่ทำให้ความอิจฉานั้นเกิดขึ้น แต่ด้วยชีวิตที่ดำเนินไป แม้จะไม่ได้ไปสอดส่องหา บางสิ่งก็เข้ามาเองให้รู้สึกได้เช่นกัน เพียงแต่ไม่ว่าจะไปมองเห็น หรือมีสิ่งกระตุ้นเข้ามาให้เห็นโดยบังเอิญ ก็ไม่อาจทำให้เรารู้สึกอะไรได้หากเรามี **"ความสุขของเราเอง"**

ดังตัวอย่าง เช่น...

มันอาจดูน่าอิจฉาที่เห็นคนออกรถใหม่ป้ายแดง แต่สำหรับคนที่ชอบแต่งรถเก่า หรือเล่นรถคลาสสิค ก็อาจไม่รู้สึกอิจฉาสักนิด

หรือ อาจดูน่าอิจฉาที่เห็นคนขับรถสปอร์ต แต่สำหรับคนชอบปั่นจักรยานเป็นชีวิตจิตใจ นอกจากไม่อิจฉาแล้ว อาจรู้สึกถึงอันตราย มลพิษ หรืออื่น ๆ แทนก็เป็นได้

ซึ่งไม่ได้หมายความว่า คนที่มีความสุขบนแนวทางตัวเองเหล่านั้น จะไม่อยากได้รถป้ายแดง ไม่ชอบรถสปอร์ต ไปเสียหมด เพียงแต่อย่างน้อยเขาย่อมรู้สึกว่า "ไม่จำเป็นต้องอิจฉา" ก็เท่านั้น

ความสุขพอ อาจไม่ใช่ความพอเพียง

จากตัวอย่างข้างต้นอาจมองไปอีกมุมก็ได้ เช่นว่าคนชอบปั่นจักรยานอาจไม่อิจฉาคนขับรถสปอร์ตก็จริง แต่ก็มีโอกาสอิจฉาคนที่มีจักรยานสวย หรือจักรยานรุ่นใหม่ได้อยู่ดี รวมๆ แล้ว คนที่ไม่อิจฉาคือคนที่รู้จักพอมากกว่า...

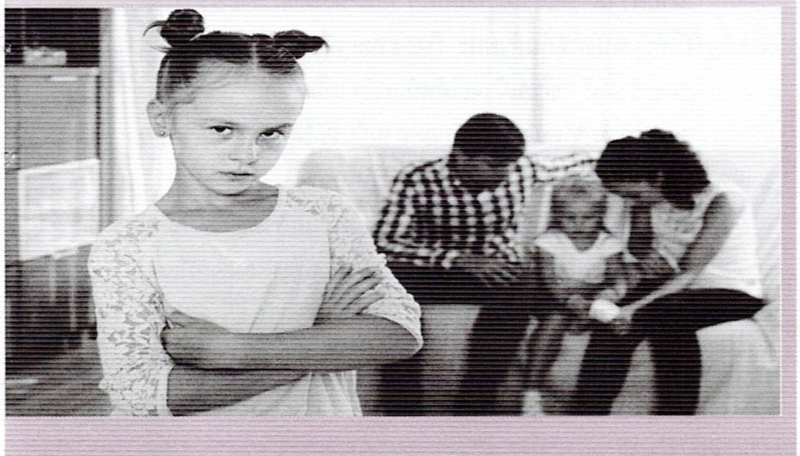
คนที่พอใจในสิ่งที่ตนมี ย่อมเป็นเรื่องที่ดี เพียงแต่คล้าย

ซึ่งหากคนหนึ่งไร้ซึ่งความสุขของตัวเอง คล้ายไม่มีเป้าหมายชีวิตที่มีสุข ผู้นั้นย่อมไม่ค่อยยินดีต่อการได้มาซึ่งความสุขของใคร โดยไม่เกี่ยวว่า คนนั้นเขาจะเคยมีมากกว่า มีน้อยกว่า หรือไม่มีก็ตาม เช่น คนที่มี จักรยานหลายคัน แต่หมั่นไส้คนที่เพิ่งมีจักรยานคันแรก แบบอิจฉา หมั่นไส้ที่เขามี แทนที่จะ รู้สึกยินดีที่จะได้มีเพื่อนร่วมปั่น เพื่อนร่วมวงการก็ยิ่งสะท้อนชัดว่า แท้จริงเขาไม่มีได้มีความสุขกับสิ่งนี้ อาจต้องการเพียงเอาชนะ หรือสะใจในความไม่มีของคนอื่นเท่านั้น

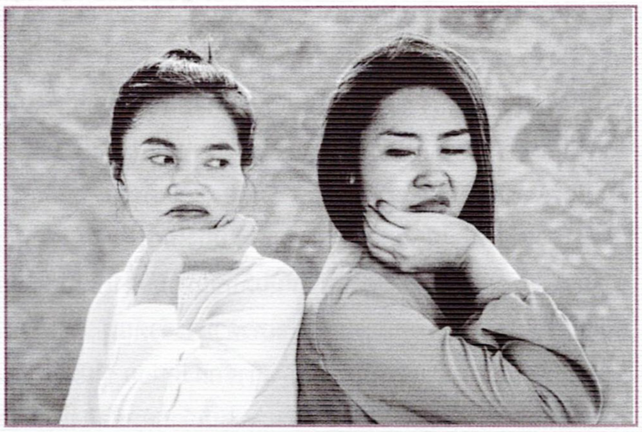
ที่กล่าวไปข้างต้นว่า ริษยา มีระดับความแตกต่างกับอิจฉา และในความอิจฉาเอง ก็มีระดับย่อยลงมา ขึ้นอยู่กับว่าจะถูกใช้แทนด้วยคำว่าอะไร บางครั้งเราแค่ "หมั่นไส้", "อยากได้บ้าง" กระทั่งอิจฉา ก็เป็นคำหยอกล้อเชิงบวกได้ในหลายกรณี ที่การแบ่งแยกคงอยู่ที่ว่ารู้สึก "ทุกข์" หรือไม่จากการอิจฉานั้น

ดังนี้หากใครคนหนึ่งที่ชอบปั่นจักรยาน แม้อาจอิจฉาคนมีจักรยานรุ่นใหม่ แต่ก็ยากจะถึงขั้นริษยา หรืออยากได้บ้างจนเป็นทุกข์ เว้นเสียแต่ว่า เขาไม่ใช่ผู้มีความสุขจากการ**ปั่นจักรยาน**โดยแท้จริง และนี่กำลังหมายถึงว่า บางครั้ง "ความสุขพอ" ก็ไม่จำเป็นต้องพอเพียง หรืออยู่ในลักษณะที่ไม่ต้องการอะไรอีกแล้ว เพียงแต่เป็นผู้รู้ว่ากรอบความสุขของตนอยู่ที่ไหน และการที่ยังมีความต้องการ ในอีกด้านก็อาจเป็นแรงขับ แรงผลักให้ก้าวหน้าไขว่คว้าในสิ่งที่ต้องการ ที่เป็นเป้าหมายอันมีความสุข ที่สำคัญความรู้สึกเช่นนี้มันจะแตกต่างอย่างมาก เมื่อเทียบกับคนที่ไม่มีความสุขเอาเสียเลย แล้วได้แต่อิจฉา...

อิจฉาเพราะไม่มีความสุข? เมื่อใดก็ตามที่เราไม่ค่อยมีความสุขกับเรื่องหนึ่ง เราย่อมรู้สึกได้ถึงความอิจฉา ไม่พอใจได้ง่าย ตัวอย่างในด้านตรงกันข้ามแบบชัดเจน เช่น หากทีมกีฬาที่เราเชียร์แพ้ต่ออีกทีม แล้วเราเห็นทีมคู่แข่งได้ถ้วยแชมป์ไป เราย่อมอิจฉาในใจประมาณหนึ่ง แต่ถ้าทีมเราเป็นฝ่ายได้แชมป์ เราจะไม่รู้สึกอิจฉาอีกฝ่ายสักนิด ซึ่งนี่เป็นเพียงตัวอย่างง่าย ๆ ที่ให้เห็นด้านตรงข้ามกันแบบชัดเจน



ในช่วงที่เราขัดสนเงินทอง เราอาจอิจฉา ไม่สบายใจที่เห็นคนอื่นซื้อของใหม่ มีเงินท่องเที่ยว หรือกินหรูดูดี อะไรที่คล้ายกันนี้ ที่ลึก ๆ ดูเหมือนว่าเราอยากดึงเขาให้ต่ำลง ดึงเขาให้ทุกข์ในแบบเดียวกับเรา นั่นคือภาวะความอิจฉาเพราะไม่มีความสุข



อีกตัวอย่างหนึ่งที่หลายคนคงเคยมีประสบการณ์สัมผัสได้ คือเมื่อเพื่อนที่เคยเรียนด้วยกันมาคนหนึ่งก้าวหน้าเติบโต มีฐานะบางอย่าง แต่เวลาเจอหน้าเขาแทนที่จะชื่นชมให้เกียรติเรากลับเรียกชื่อล้อเขาเหมือนวัยเด็ก เพื่อดึงเขาลงให้อยู่ระดับเดียวกับเราที่ต่ำต้อยกว่าทางสังคมเป็นต้น ซึ่งแต่ละคนอาจแสดงออกอะไรแปลก ๆ แบบไม่รู้ตัวได้ในตอนที่อิจฉาเพราะตัวเองไม่มีความสุข ไม่มีความภาคภูมิใจเหมือนเขา ที่สำคัญในตอนนั้นเรามักไม่รู้ตัวหรอกว่า เรากำลังอิจฉา...

ถ้าตกอยู่ในภาวะเช่นนี้ แล้วเราจะหาสุขที่เป็นของเราเจอได้อย่างไร ในเมื่อจิตใจขุ่นมัว จดจ้อง จดจ่อกับสิ่งที่ไม่สวยงามทางใจเราเอง เมื่อใจมีทุกข์ ควรดับทุกข์ของตน เมื่อใจไม่มีความสุข ควรหาสุขแท้ของตน ไม่ใช่คิดทำลายสุขคนอื่น ทำร้ายจิตใจคนอื่นด้วยความอิจฉาลึก ดึงคนอื่นให้ลงมาเทียบเท่าตน เพราะสุดท้ายสิ่งเหล่านี้ มันก็ไม่มีวันทำให้เรามีความสุขได้เลย

■ **แหล่งที่มา** : https://sirichaiwatt.com/

นิทานชาดก เรื่อง "หมีกับไม้ตะคร้อ"

ในสมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าประทับอยู่ ณ ฝั่งแม่น้ำโรหิณี เมืองราชคฤห์ ทรงปรารภการทะเลาะกันของพระประยูรญาติ ได้ตรัสอดีตนิทานมาสาธก ว่า...

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว ในเมืองพาราณสี มีบ้านช่างไม้ตระกูลหนึ่งประกอบรถเลี้ยงชีพ สมัยนั้น ณ ป่าหิมพานต์ มีหมีตัวหนึ่งเที่ยวหากินอิ่มแล้ว มักจะมานอนพักผ่อนที่ใต้ต้นตะคร้อใหญ่ต้นหนึ่งเป็นประจำ

อยู่มาวันหนึ่ง ขณะที่มันกำลังนอนหลับเพลิน ๆอยู่ใต้ต้นไม้ตะคร้อนั้น ได้มีลมพัดกิ่งไม้แห้งกิ่งหนึ่งหักตกลงไปถูกคอมัน มันสะดุ้งตื่นขึ้นมาแล้วรีบวิ่งไปวิ่งมา เหลียวซ้ายแลขวาด้วยคิดว่าราชสีห์หรือเสือทำร้ายตน เมื่อไม่เห็นอะไรเหลือบไปเห็นกิ่งไม้ แห้งวางอยู่ใกล้ๆ มันโกรธขึ้นมาทันทีที่ต้นตะคร้อทำให้มันตื่นขึ้นมามันจึงใช้เล็บตะกุยต้นตะคร้อใหญ่นั้น พร้อมตะคอกรุกขเทวดาประจำต้นไม้ว่า "ข้าไม่ได้กินใบต้นไม้ของเจ้าและก็ไม่ได้หักกิ่งเจ้าซักกะหน่อย ทีสัตว์ตัวอื่นมานอนที่ตรงนี้เจ้าไม่ได้ว่าอะไร ทีข้ามานอนเจ้ากลับซัดกิ่งไม้ใส่ข้าคอยดูสัก ๒-๓ วันเถิด ข้าจะให้เขามาขุดเจ้าทั้งรากทั้งโคนตัดเป็นท่อนน้อยท่อนใหญ่นำไปขาย"

หลังจากวันนั้นมันจึงเที่ยวแสวงหานายช่างไม้อยู่ ต่อมาวันหนึ่งนายช่างไม้พร้อมลูกน้อย ๒-๓ คนได้ขับเกวียนเพื่อไปตัดต้นไม้ไปถึงที่นั้น ปลดเกวียนแล้วได้ถือมีดและขวานยืนเลือกต้นไม้อยู่ใต้ต้นตะคร้อนั้น มองดูทางโน้นทางนี้อยู่ เจ้าหมีที่แอบอยู่ข้างหลังต้นไม้ได้พูดขึ้นว่า

"สหาย.. ท่านต้องการต้นไม้หรือ"

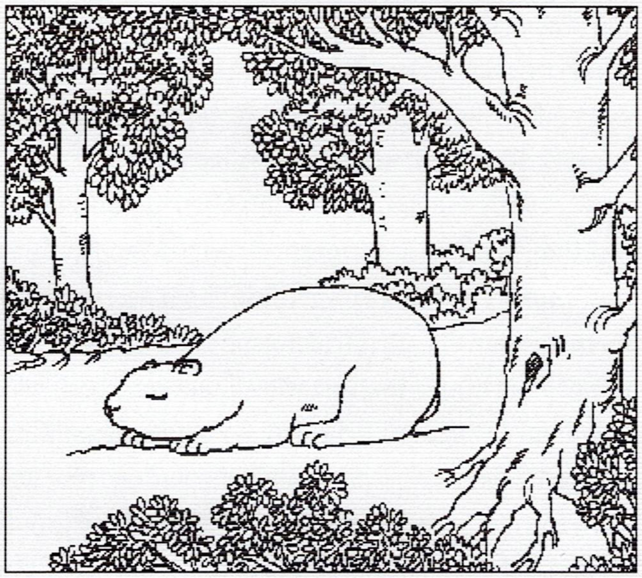
นายช่างพอได้ยินก็คิดแปลกใจว่าสัตว์สามารถพูดภาษามนุษย์ได้อย่างไร ไม่เคยพบเห็นที่ไหนมาก่อนจึงร้องตอบว่า

"เจ้าหมี ใช่ละไม้อะไรที่จะทำกงรถได้ดีที่สุดช่วยบอกเราด้วย"

หมี "ไม้รัง ไม้ตะเคียน ไม้หูกวางก็ไม่มั่นคงเท่าไม้ตะคร้อหรอก"

นายช่างไม้ "ต้นตะคร้อมีใบมีลำต้นเป็นอย่างไรเราไม่รู้จัก"

หมี "ก็คือต้นที่ท่านยืนอยู่ใกล้ ๆ นี้เอง เป็นไม้ที่เหมาะทำรถเป็นอย่างดี" ว่าแล้วก็เดินหนีไป



นายช่างไม้เห็นดีด้วย ตกลงใจตัดต้นตะคร้อนั้น จึงเตรียมอุปกรณ์เพื่อตัดต้นไม้ รุกขเทวดาประจำต้นตะคร้อเห็นวิมานของตนถูกทำลายโกรธแค้นหมีมาก จึงจำแลงกายเป็นนายพรานป่าเดินเข้าไปหานายช่างไม้นั้นแล้วถามว่า

"นายช่างท่านจะตัดต้นไม้นี่ไปทำอะไร"

นายช่างไม้ "ไปทำรถขาย"

นายพราน "ใครบอกท่าน"

นายช่างไม้ "หมีตัวหนึ่ง"

นายพราน "ดีแล้วละที่หมีบอก รถไม้ของท่าน ถ้าอยากจะให้งามยิ่งขึ้นให้นำหนังหมีหุ้มด้วยนะ ก็จะงามหาที่เปรียบมิได้"

นายช่างไม้ "ข้าพเจ้าจะได้หนังหมีจากไหน"

นายพราน "ก็หนังหมีตัวที่บอกท่านนั้นไว้ ได้หนังหมีแล้วค่อยมาตัดต้นไม้ทีหลังจะดีกว่า เดี๋ยวมันจะหนีไปไกล"

นายช่างไม้เห็นดีตามนั้นจึงได้ตามไปฆ่าหมีเอาหนังแล้วค่อยมาตัดเอาต้นตะคร้อทีหลัง ทำให้การผูกเวรซึ่งกันและกันของหมีและต้นตะคร้อมีมาตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา

■ **แหล่งที่มา** : http://www.dhammathai.org/chadoknt/chadoknt24.php

มงคลชีวิต

มงคลที่ ๒๔
“มีความสันโดษ”

น้ำแม้เพียงน้อย ก็สามารถทำให้แก้วน้ำเต็มบริบูรณ์ได้
ตรงข้าม แม้มีน้ำมากมหาศาล
ก็ไม่สามารถทำให้มหาสมุทรเต็มบริบูรณ์
ในทำนองเดียวกัน ทรัพย์สินเงินทองแม้เพียงน้อย
ก็สามารถยังใจของผู้มีความสันโดษ
ให้เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขความพอใจ
ตรงข้าม แม้มีทรัพย์สินเงินทองมากมายมหาศาลเพียงใด
ใจของผู้ที่ไม่มีความสันโดษ
ก็ยังเร่าร้อน กระวนกระวาย กระหายอยากได้อยู่นั่นเอง

มงคลที่ ๒๔ มีความสันโดษ

น้ำแม้เพียงน้อย ก็สามารถทำให้แก้วน้ำเต็มบริบูรณ์ได้ ตรงข้าม แม้มีน้ำมากมหาศาล ก็ไม่สามารถทำให้มหาสมุทรเต็มบริบูรณ์ ในทำนองเดียวกัน ทรัพย์สินเงินทองแม้เพียงน้อย ก็สามารถยังใจของผู้มีความสันโดษ ให้เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขความพอใจ ตรงข้าม แม้มีทรัพย์สินเงินทองมากมายมหาศาลเพียงใด ใจของผู้ที่ไม่มีความสันโดษ ก็ยังเร่าร้อน กระวนกระวาย กระหายอยากได้อยู่นั่นเอง

สันโดษคืออะไร ?

สันโดษ มาจากภาษาบาลีว่า สันโตสะ สัน แปลว่า ตน โตสะ แปลว่า ยินดี สันโดษจึงแปลว่า ยินดี ชอบใจ พอใจ อิ่มใจ จุใจ สุขใจ กับของของตน ความหมายโดยย่อคือ ให้รู้จักพอ รู้จักประมาณ

เรื่องสันโดษนี้ เป็นเรื่องหนึ่งที่มีผู้เข้าใจผิดกันมาก เข้าใจกันว่าสันโดษทำให้ยากจนบ้างละ เข้าใจว่าสันโดษทำให้เกียจคร้านบ้างละ เข้าใจว่าสันโดษขัดขวางความเจริญบ้างละ ขอให้เรามาพิจารณากันต่อไปว่าความเข้าใจของคนทั้งหลายนั้นเป็นจริงหรือไม่ ลักษณะสันโดษที่แท้จริงเป็นอย่างไร มีคุณหรือโทษ

ลักษณะของความสันโดษ

ผู้ที่จัดว่าเป็นผู้ที่มีความสันโดษ จะต้องประกอบด้วยลักษณะ ๓ อย่าง ดังต่อไปนี้ คือ

๑. สเกนสันโดษ	ยินดีกับของของตน
๒. สันเตนสันโดษ	ยินดีกับสิ่งที่ได้มา
๓. สเมนสันโดษ	ยินดีโดยมีใจสม่ำเสมอ

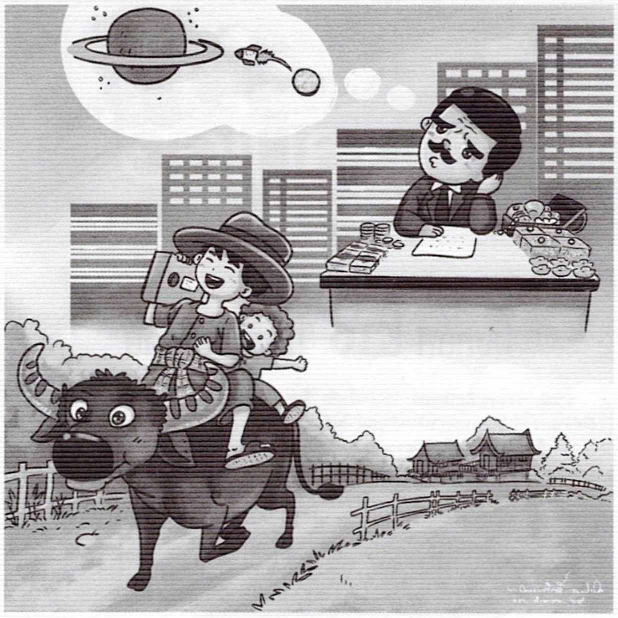
ยินดีกับของของตน หมายถึง ยินดีกับสิ่งที่ตนมีอยู่แล้ว พอใจกับของของตนไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ของเรา ลูกเมียของเรา งานของเรา ประเทศชาติของเรา ถึงจะมีข้อบกพร่องอย่างไรก็ค่อยๆ แก้ไขกันไปให้ดีขึ้น ไม่คิดไขว่คว้าแย่งชิงเอาของคนอื่นเขามาเป็นของตน

ช่างซ่อมรองเท้าริมถนนมีความพอใจในงานของตน ตั้งใจทำงานด้วยความขยันขันแข็งรอบคอบละเอียดลออเป็นที่ติดใจของลูกค้า สามารถเก็บหอมรอมริบทีละเล็กละน้อยจนตั้งตัวได้ กิจการขยายใหญ่โตก็มีตัวอย่างให้เห็น

บุคคลเมื่อพอใจในสิ่งใดเขาย่อมก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้งในสิ่งนั้น ความพอใจจะเป็นพลังหนุนให้เกิดความพยายาม ส่วนความไม่พอใจจะทำให้คนเหนื่อยหน่าย ระอิดระอา

ความยินดีในของของตนนี้ จะเป็นเครื่องกำจัดความเกียจคร้านเบื่อหน่าย และโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน

ยินดีกับสิ่งที่ได้มา หมายถึง ยินดีกับของส่วนที่ตนได้มา คือ เมื่อแสวงหาประโยชน์อันใด ทุ่มเทสติปัญญาความสามารถทำไปเต็มที่แล้ว ได้เท่าไรก็พอใจเท่านั้น อาจจะได้ไม่ถึงเป้า ประณีตสวยงามไม่ถึงเป้า ก็พอใจยินดีเพียงแค่นั้น ไม่ถึงกับกระวนกระวายเป็นทุกข์



เพราะได้ไม่สมอยาก ไม่เป็นคนชนิดที่ไม่ได้ด้วยเล่ห์ก็เอาด้วยกล ไม่ได้ด้วยมนต์ก็เอาด้วยคาถา

คนที่ขาดลักษณะสันโดษข้อนี้ มักเป็นคนดูถูกโชควาสนาของตนเอง พยายามใส่ไฟตนเองให้เดือดร้อนจนได้ แทนที่จะชอบส่วนที่ได้กลับนึกเกลียดชังรำคาญใจ แล้วเอาความชอบใจไปฝากไว้กับส่วนที่ตัวไม่ได้

คนทอดแหหาปลาที่ขาดลักษณะสันโดษข้อนี้ มักจะคิดเสมอว่าปลาตัวที่หลุดมือลงน้ำตัวโตกว่าตัวที่จับได้ เกลียดปลาตัวที่จับได้ แต่พอใจปลาตัวที่หลุดมือ ผลที่สุดก็ต้องกินปลาตัวที่เกลียด แล้วเฝ้าทุกข์ใจเสียดายปลาตัวที่หลุดมือ คนประเภทนี้ไม่มีหวังได้กินปลาอร่อยๆ จนตาย เพราะคิดเสมอว่า ตัวที่อร่อยที่สุด คือตัวที่จับไม่ได้

ยินดีโดยมีใจสม่ำเสมอ หมายถึง ไม่รู้สึกดีใจจนเกินไปในเมื่อได้พบสิ่งที่ถูกใจ และไม่เสียใจจนเกินไป เมื่อต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ถูกใจ

ประเภทของสันโดษ

สันโดษมี ๓ อย่าง คือ

๑.	ยถาลาภสันโดษ	ยินดีตามที่ได้
๒.	ยถาพลสันโดษ	ยินดีสิ่งที่ควรแก่สมรรถภาพ
๓.	ยถาสารุปปสันโดษ	ยินดีสิ่งที่ควรแก่ฐานะ

ยินดีตามที่ได้ คือได้สิ่งใดมา ก็พอใจอย่างนั้น ไม่เสียใจถ้าได้ไม่เท่าที่ต้องการ แต่ขวนขวายสร้างเหตุให้ดีที่สุด และให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป เช่น เป็นข้าราชการขยันทำงาน ตั้งใจว่าน่าจะได้เลื่อนขั้นสัก ๒ ขั้น แต่ถ้าเกิดได้เลื่อนแค่ขั้นเดียวก็ไม่เสียใจ พอใจว่าได้เลื่อนขึ้นมา ๑ ขั้น ก็ทำงานสร้างประโยชน์ได้มากกว่าเดิมแล้ว จากนั้นก็ตั้งใจทำงานในหน้าที่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

ยินดีสิ่งที่ควรแก่สมรรถภาพ คือคนเรามีความสามารถไม่เท่ากัน ทั้งกำลังกาย กำลังความคิด กำลังใจ กำลังความดี ก็ต้องรู้ว่ากำลังของตนเองมีแค่ไหน และแสวงหาหรือยอมรับเฉพาะของที่ควรแก่สมรรถภาพของตนเองเท่านั้น ไม่เป็นคนตีราคาตัวเองผิด คิดเอาง่ายๆ ตื้นๆ ว่าเขาเป็นอะไร ตัวก็จะเป็นได้อย่างเขาทุกอย่าง เข้าทำนอง "เห็นเขานั่งคานหาม เอามือประสานก้น" ความสามารถเป็นได้แค่รัฐมนตรีก็ไม่ดิ้นรนไปเป็นนายก ฯ

ยินดีสิ่งที่ควรแก่ฐานะ คือให้พิจารณาว่าเรามีฐานะเป็นอะไร นักบวช ชาวบ้าน ผู้ใหญ่ ผู้น้อย ครู นักเรียน นายพัน นายร้อย นายสิบ อธิบดี เสมียนฯลฯ แล้วก็แสวงหาหรือยอมรับแต่ของที่ควรกับฐานะของตน ไม่เป็นคนใฝ่สูง เกินศักดิ์ เช่น เราเป็นผู้น้อยก็ไม่ควรใช้ข้าวของเครื่องใช้ที่หรูหราราคาแพง เกินหน้าเกินตาเพื่อนร่วมงานหรือผู้บังคับบัญชา เพราะอาจทำให้เกิดความหมั่นไส้อิจฉาริษยา และไม่เป็นผลดีกับตัวเรา ไม่เป็นคนประเภทจมไม่ลง

สันโดษทุกประเภทจะต้องประกอบด้วยศีลธรรม คือของใดก็ตามแม้เราจะได้มา แต่ถ้าไปยินดีกับของนั้นแล้วจะทำให้เราผิดศีลธรรม เสียชื่อเสียง เสียเกียรติยศ เสียศักดิ์ศรี ก็ไม่ควรยินดีกับของสิ่งนั้น เช่น ของที่ลักปล้นฉ้อโกงเขามา ของที่เป็นสินจ้างในทางที่ผิด ไม่เป็นคนลุแก่อำนาจความมักได้

ข้อเตือนใจ

คนจำนวนมากเข้าใจสันโดษผิด คิดว่าสันโดษคือการไม่ทำอะไร หรือการพอใจอยู่คนเดียว แต่ความจริง

การไม่ทำอะไรนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า โกสัชชะ คือเกียจคร้าน ไม่เรียกว่า สันโดษ

การพอใจอยู่คนเดียวนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า ปวิวิตตะ ไม่เรียกว่า สันโดษ

คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในเรื่องสันโดษนั้น ไม่ได้สอนให้คนเกียจคร้าน ท้อถอย ไม่ทำการงาน หรือทำงานเรื่อยๆ เฉื่อยแฉะ เป็นภัยต่อความเจริญความก้าวหน้าอย่างที่เข้าใจกัน ตรงกันข้าม มงคลข้อนี้ชี้ให้เห็นอย่างเด่นชัดว่า ถ้าแต่ละคนรู้จักสถานภาพของตนเอง สำนึกในฐานะ ความสามารถ และความมีคุณธรรมของตนอยู่เสมอแล้ว ความมีสันโดษจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ จะทำให้ทุกคนพอใจกับของของตน พอใจกับของที่ตนได้มา และพอใจกับของที่สมควรแก่ตน จะไม่มีการเบียดเบียน แก่งแย่งชิงดี อิจฉาริษยา ให้

ร้ายป้ายสี ฉ้อโกงกัน ฯลฯ

การแก่งแย่งชิงดีกันจนถึงทำลายกัน ใส่ร้ายป้ายสีกัน การทุจริตและมิจฉาชีพต่างๆ ที่ระบาดในสังคมทุกวันนี้ก็เพราะใจของคนเหล่านั้นไม่มีสันโดษ มุ่งจะเอาแต่ได้ ไม่คำนึงถึงผิดชอบชั่วดี ความเห็นแก่ตัวของผู้มีอำนาจการกอบโกยฉวยโอกาสของพ่อค้านักธุรกิจโดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของคนส่วนมาก ความเร่าร้อนใจเพราะโลภจัด ได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ จนกลายเป็นมัวเมาในวัตถุ ทะเยอทะยานจนเกินกำลังความสามารถของตน ได้มาโดยสุจริตไม่ทันใจก็ลงมือประกอบการทุจริตต่างๆ เพื่อสนองความอยากอันเผาลนจิตใจอยู่ ดำเนินชีวิตไปอย่างไร้เหตุผล ก็เพราะขาดสันโดษนั่นเอง

การพัฒนาสังคมจำเป็นต้องมีทั้งสันโดษและความเพียร เพราะ ความเพียรพยายามที่ไม่มีสันโดษควบคุมย่อมเกินพอดี และนำไปสู่ทางที่ผิดได้ง่าย ล่อแหลมต่ออันตรายเหมือนรถไม่มีเบรคหรือเบรคแตก ย่อมวิ่งเลยขีดที่ต้องการไป ตกหลุมตกบ่อลงเหวข้างทางได้ง่าย บังคับให้หยุดไม่ได้ตามความปรารถนา

ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า "สันโดษเป็นคุณธรรมอันประเสริฐ เป็นไปเพื่อความเจริญสุขทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ หัวใจของผู้มีความสันโดษเท่านั้น จึงจะเหมาะแก่การปลูกฝังคุณธรรมอื่นๆ และคนมีสันโดษเท่านั้นจึงจะทำความดีได้ยั่งยืนไม่จืดจาง และทำดีด้วยความสุจริตใจ ที่สังคมพัฒนาไปได้ช้าเพราะคนขาดสันโดษต่างหาก หาใช่เพราะคนมีสันโดษไม่"

สิ่งที่คนทั่วไปไม่รู้จักพอ

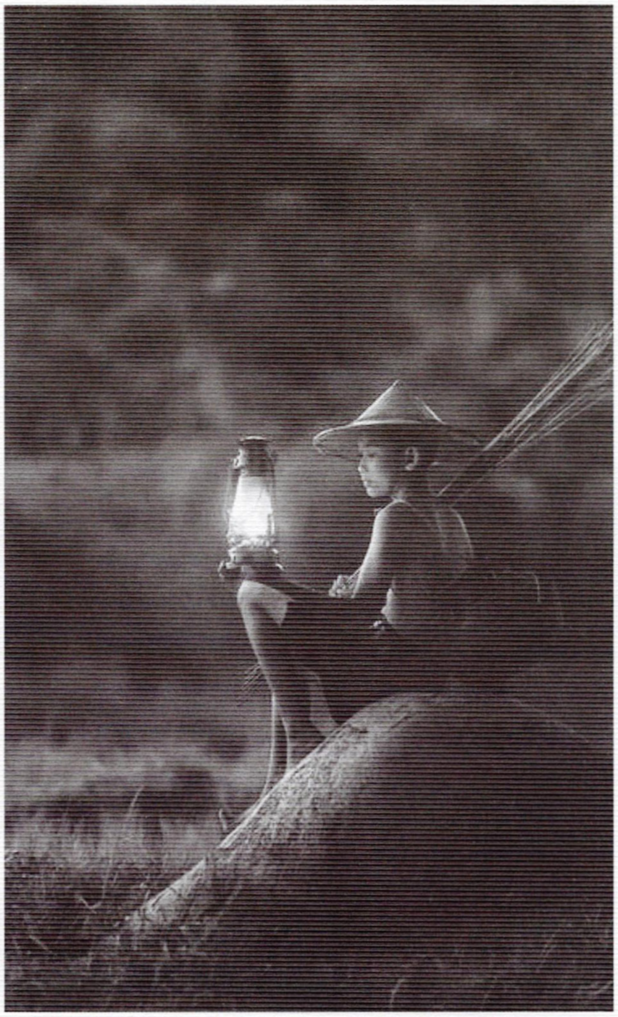
คนทั่วไปไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักประมาณในสิ่งต่อไปนี้

๑. **อำนาจวาสนา** เช่น เป็นผู้อำนวยการกองก็ไม่พอ อยากเป็นอธิบดี หรือเป็นผู้แทนราษฎรก็ไม่พอ อยากเป็นรัฐมนตรี ทั้งๆ ที่ความสามารถไม่ถึง

๒. **ทรัพย์สมบัติ** เช่น มีบ้านหลังเล็กก็ไม่พอ อยากจะได้บ้านหลังใหญ่ มีเงินล้านก็ไม่พอ อยากจะได้เงินสิบล้าน

๓. **อาหาร** เช่น มีอาหารธรรมดารับประทานก็ไม่พอ ยังอยากจะไป รับประทานอาหารแพงๆ ตามภัตตาคารหรูๆ เกินฐานะเกินความจำเป็น

๔. **กามคุณ** เช่น มีสามีหรือภรรยาแล้วก็ไม่พอ อยากจะมีใหม่อีก



วิธีสร้างความสุข สร้างความเจริญก้าวหน้า ต้องเริ่มด้วยการรู้จักพอใจกับสิ่งที่ตัวมีอยู่ และทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ไม่ไขว่คว้าทะเยอทะยานจนเกินเหตุ เช่น เป็นหัวหน้าแผนก ถ้าอยากให้มีความสุขความก้าวหน้า ก็ให้พอใจในตำแหน่งของตนแล้วตั้งใจทำหน้าที่ให้ดีที่สุด ความสุขก็เกิด ความเจริญก้าวหน้าก็จะมีมาเอง เป็นสามีหรือภรรยาอยากมีความสุขก็ให้พอใจในคู่ครองของตนแล้วทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ความสงบสุขในครอบครัวก็จะมีมาเอง ไม่ใช่เที่ยววิ่งวุ่นมีบ้านเล็กบ้านน้อย ยิ่งมีก็ยิ่งทุกข์ หาความสุขไม่ได้สักที

โบราณท่านผูกเรื่องสอนใจไว้ว่า มีสุนัขอดโซตัวหนึ่งเดินพลัดหลงทางเข้ามาในบ้าน เจ้าของบ้านสงสารหาน้ำข้าวให้กิน พอกินน้ำข้าวได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะกินข้าว พอเจ้าของบ้านหาข้าวให้กิน กินข้าวได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะกินกับ พอเจ้าของบ้านหากับให้กิน กินกับได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะขึ้นโต๊ะกินร่วมกับเจ้าของบ้าน จึงถูกไล่เฉ่นออกจากบ้านเพราะมันเป็นโรคไม่รู้จักพอ โรคชนิดนี้เกิดขึ้นได้ทั้งในคนและสัตว์ ทั้งในหญิงและชาย ทั้งในคนจนและคนรวย ทั้งในคนมีความรู้และคนไม่มีความรู้

สันโดษเป็นต้นทางแห่งความสุขที่แท้จริงได้อย่างไร ?

ความสุขในโลกนี้อาจแบ่งได้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. **สามิสสุข** เป็นความสุขที่ต้องอาศัยวัตถุหรือสิ่งภาย

นอก มาตอบสนองความต้องการทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และความคิดอยากต่างๆ จัดเป็นความสุขขั้นหยาบเพราะมีทุกข์เจือปนมากตลอดเวลามีอาการคือ

๑.๑ ต้องแส่หาดิ้นรนกระวนกระวาย เป็นอาการนำหน้า เนื่องจากของทั้งหลายหาได้ยาก มีจำกัด

๑.๒ เมื่อได้มาก็ต้องระวัง รักษา ยึดติด คับแคบ อึดอัด หวงแหนผูกพันกลัวสูญหาย

๑.๓ ถ้าไม่ได้มา ถูกขัดขวางก็ขัดใจ คิดทำลาย คิดอาฆาต พยาบาท จองเวร

๒. นิรามิสสุข เป็นความสุขภายในที่ไม่ต้องอาศัยสิ่งภายนอกมาสนองความอยาก เป็นความสุขขณะที่ใจมีลักษณะ

สะอาด ไม่มีกิเลสปน

สงบ ไม่ดิ้นรนกระวนกระวาย

เสรี เป็นอิสระ โปร่งเบา ไม่คับแคบ

สว่างไสว ประกอบด้วยปัญญา เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

สมบูรณ์ไม่มีความรู้สึกขาดแคลน ไม่รู้สึกบกพร่อง ไม่ว้าเหว่ มีแต่ความแช่มชื่นเบิกบานอิ่มเอิบอยู่ภายใน

นิรามิสสุขจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เป็นภาวะสุขที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาใดๆ ตามมา ซ้ำยังช่วยขจัดปัญหาต่างๆ ด้วย ผู้ที่จะมีนิรามิสสุขได้จะต้องมีสภาพใจที่สงบไม่ดิ้นรน คือมีความสันโดษเสียก่อน ยิ่งสันโดษต่อสามิสสุขมากเท่าไร ก็ยิ่งได้นิรามิสสุขมากขึ้นเท่านั้น

การหาเลี้ยงชีพอย่างมีสันโดษ

ในการดำรงชีพ พระพุทธศาสนามุ่งให้ทุกคนหาปัจจัย ๔ หล่อเลี้ยงร่างกาย พอเพียงเพื่อให้สังขารนี้สามารถดำรงอยู่ได้ตามอัตภาพ จากนั้นก็ใช้ร่างกายนี้สร้างความดีต่างๆ ให้เต็มที่ทุกรูปแบบทุกโอกาส มิได้มุ่งหมายให้คนเราดิ้นรนไขว่คว้าทะเยอทะยานจนเกินเหตุ เพื่อให้มีวัตถุต่างๆ พรั่งพร้อมบริบูรณ์ไว้บำรุงบำเรอตน

เพราะฉะนั้นความสำเร็จในการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศมิใช่วัดด้วยการมีทรัพย์สินเต็มท้องพระคลังหรือเต็มล้นอยู่ ณ ที่ใดที่หนึ่ง แต่อยู่ที่ไม่มีคนอดอยากยากไร้ และอยู่ที่คุณภาพชีวิตของประชาชนต่างหาก

หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สิน

๑. การแสวงหา ต้องหามาโดยชอบธรรม ไม่ข่มเหงรังแกใคร ไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดประเพณี ผิดศีล ผิดธรรม

๒. การใช้ ไม่เป็นคนตระหนี่และก็ไม่ฟุ่มเฟือย ให้รู้จักใช้ทรัพย์เลี้ยงตนและคนเกี่ยวข้องให้เป็นสุข รู้จักทำทาน เผื่อแผ่ แบ่งปัน ใช้ทรัพย์ทำสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

๓. ทัศนคติเกี่ยวกับทรัพย์สิน ไม่ถือว่าทรัพย์สินเงินทองเป็นพระเจ้า แต่ให้ถือว่าเป็นเพียงอุปกรณ์อย่างหนึ่งในการดำเนินชีวิตเท่านั้น

อานิสงส์การมีสันโดษ

๑. ทำให้ตัดกังวลต่างๆ เสียได้

๒. ทำให้ออกห่างจากอกุศลกรรม

๓. ทำให้มีความสบายกายสบายใจ

๔. ทำให้พ้นจากความผิด พบแต่สิ่งถูกต้อง

๕. ทำให้ศีลธรรมเกิดในใจได้ง่าย

๖. ทำให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งปวง

๗. ทำให้มีกำลังใจสูง เมื่อรู้ว่าสิ่งใดไม่ดีก็ไม่ฝ่าฝืนทำ

๘. นำความเจริญก้าวหน้ามาสู่ตน

๙. ทำให้มีโอกาสกระทำแต่สิ่งดีๆ ยิ่งๆ ขึ้น

๑๐. ได้ชื่อว่านำพระพุทธศาสนาให้รุ่งเรือง

"ภิกษุทั้งหลาย เราย่อมไม่เล็งเห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่ เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้น หรืออกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมไปเหมือนความเป็นผู้สันโดษ ภิกษุทั้งหลายเมื่อบุคคลสันโดษกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดย่อมเกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเสื่อมไป"

■ **แหล่งที่มา** : กัลยาณมิตร เพื่อนแท้สำหรับคุณ เรื่อง มงคลชีวิต ๓๘ ประการ จาก www.kalyanamitra.org

ชนะ “ความโกรธ” ด้วยสติ และความใจเย็น

พระราชวิสุทธิประชานาถ
(หลวงพ่ออลงกต)

พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ
สถานปฏิบัติธรรม และสังเวชนียสถาน
www.srisuvarnabhumibuddhist.com

Facebook Line Youtube

ธรรมะ จาก... หลวงพ่อเจ้าคุณฯ

เรื่อง สุขเท่าที่มียินดีเท่าที่ได้

ชีวิตของคนเรามีความรู้สึกอยู่ ๓ อย่าง

๑. ความสุข
๒. ความทุกข์
๓. เป็นความรู้สึกกลางๆระหว่างความสุขกับความทุกข์

แน่นอนเราทุกคนต้องการความสุข แล้วก็ต้องการที่จะพ้นจากความทุกข์ ไม่อยากให้ชีวิตถูกครอบงำไปด้วยความทุกข์ยิ่งเป็นความทุกข์ที่หนักมากต่อเนื่องยาวนาน บางทีมันอาจจะทำให้เรารู้สึกว่าชีวิตมันไม่มีค่า จนไม่อยากมีชีวิตอยู่ต่อแต่ถ้าเมื่อไหร่ก็ตามที่เรามีความสุขเราก็รู้ว่าชีวิตดี และอยากให้ความสุขนี้อยู่กับเรานานๆ ซึ่งก็เป็นเรื่องที่เป็นไปได้ยาก

ชีวิตของคนน่าจะมากกว่าครึ่งโลกมีความทุกข์มากกว่าความสุข แต่ความสุขความทุกข์นี้ก็มีที่มา ซึ่งถ้าเราจะมองตามความเป็นจริงของโลก ความสุขความทุกข์คือสิ่งที่เราสร้างขึ้นมาเอง สุขทุกข์อยู่ที่ใจใจเป็นผู้ปรุงแต่งความสุขความทุกข์นี้ขึ้นมา และบรรดาสรรพสิ่งทั้งหลายปรากฏการณ์ธรรมชาติทั้งหลายล้วนแล้วแต่เป็นเหตุเป็นปัจจัยเข้ามาประกอบความสุขความทุกข์

หลักสำคัญอยู่ที่ว่าความสุขความทุกข์ เราสามารถสร้างได้ด้วยตัวเราเอง ความสุขก็คือความรู้สึกความทุกข์ก็คือความรู้สึก ภาษาพระเรียกว่า เวทนา แต่เวทนา หรือความสุขเหล่านั้นก็ถูกสร้างขึ้นมาด้วยจิตใจของเราเอง

คนบางคนมีความสุขมาก ก็เพราะว่ารู้จักวิธีสร้างความสุข แต่คนบางคน จมอยู่กับความทุกข์ทั้งวัน จนกลายเป็นคนที่อมทุกข์ แน่นอนว่าชีวิตก็จะรู้สึกว่าไม่มีค่า และก็ไม่อยากมีชีวิตอยู่

โดยส่วนตัวหลวงพ่อมีความสุขทุกวัน แต่ความสุขเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัยอันเป็นสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือ วิธีคิด ความคิดที่จะก่อให้เกิดความสุข ก็คือความคิดที่มีความปรารถนาดีต่อตนเอง และผู้อื่น

บางทีความทุกข์ที่เราควบคุมไม่ได้ บางคนไม่เข้าใจ และมองพลาดไปว่า ความทุกข์นั้น คนอื่นสร้างให้เรา กฎข้อแรกคือ ขอให้เราเข้าใจว่าความทุกข์ ถูกสร้างขึ้นมาจากจิตใจของเราเอง

ความสุขเป็นสิ่งที่เราสร้างขึ้นมาเองด้วยวิธีที่ถูกต้องทางธรรมะสอนให้เรายินดีกับความสุขที่เรามีอยู่ แต่เมื่อใจไม่รู้จักพอก็ทำให้เราไม่มีความสุข

"หลวงพ่อมองว่าเราโชคดีที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ และได้มีโอกาสเรียนรู้ทำสิ่งดีงามมากมาย สิ่งที่สำคัญที่สุด คือเราต้องรู้จักพอ และรู้จักแบ่งปันความสุขให้คนอื่น ชีวิตเราก็จะมีความสุขเพิ่มขึ้นด้วย"

หลวงพ่อสร้างพุทธสถานฯ
เป็นสถานปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตวิญญาณ

ร่วมบริจาคตามกำลังศรัทธา

ธนาคาร : *กสิกรไทย*

ชื่อบัญชี : *ทุนนิธิพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ*

เลขที่บัญชี : 095-1-96242-2

พุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ www.srisuvarnabhumibuddhist.com 036-771300-50

หลักธรรมนำสุข ในยุค ๒๐๐๐

โดย : พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)

เรื่องที่ ๓

หลักที่ไม่ควรลืม

"...พระพุทธศาสนา สอนให้รู้จักความจริง ที่มีทุกข์อยู่ตามสภาวะ แต่แล้วเมื่อปฏิบัติ ท่านให้ปฏิบัติด้วยความสุข นี่คือหลักการของพระพุทธศาสนาการปฏิบัติด้วยความสุขที่สำคัญ ก็คือ การที่เราทำให้กุศลธรรมเกิดมีขึ้นในใจตลอดเวลาถ้าใครทำให้กุศลธรรมเกิดขึ้นในใจได้เสมอ คนนั้นก็จะมีการปฏิบัติธรรมที่แท้จริง แล้วก็จะมีความสุขอยู่เรื่อยๆ อันนี้เป็นหลักสำคัญมาก

ถ้ามีการเกิดของกุศลธรรมอยู่เสมอตลอดเวลา ชีวิตของเราก็เจริญงอกงาม จิตใจก็เจริญงอก งาม คือมีความดีงามเพิ่มมากขึ้นๆ หลักการปฏิบัติธรรมที่สำคัญก็คือ ทำอย่างไรจึงจะให้กุศล ธรรมนี้เกิดขึ้นอยู่เรื่อยๆ ต่อเนื่องกันไปแล้วอันนั้นก็จะกลายเป็นความเจริญงอกงามของจิตใจ ความเจริญงอกงามนี้แหละ ที่เราเรียกว่าภาวนา ความมุ่งหมายของภาวนาก็คือ การทำให้ กุศลธรรมเกิดขึ้นในใจต่อเนื่องกันไปเรื่อยๆ แล้วกุศลธรรมก็จะเจริญเพิ่มพูนไป จนกระทั่งเต็ม บริบูรณ์..."

■ แหล่งที่มา : ธรรมะไทย http://www.dhammathai.org/

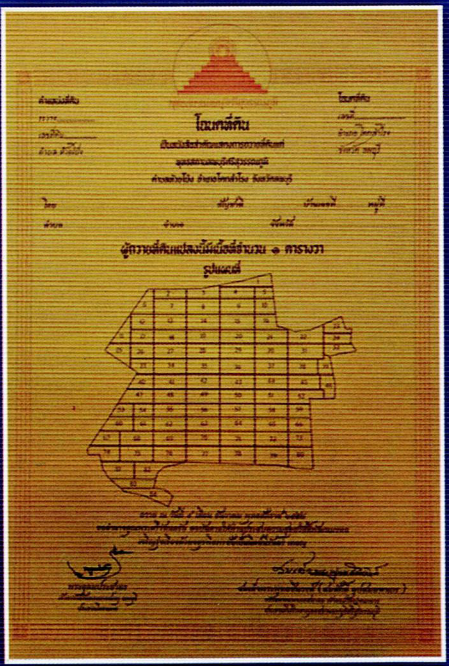
ครั้งหนึ่งในชีวิตที่คุณจะมีโอกาสได้ร่วมจรรโลงพุทธศาสนา

เรียนเชิญท่านผู้มีจิตศรัทธา เป็นส่วนหนึ่งในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยการร่วมสมทบทุนจองโฉนดที่ดิน เพื่อสร้างพุทธสถานลพบุรีศรีสุวรรณภูมิ และสังเวชนียสถาน ๔ ตำบล ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในประเทศไทย

ตารางวา ละ ๙๙๙ บาท

รับของที่ระลึกการบริจาค

พร้อมโฉนดและใบอนุโมทนาบัตร(ลดภาษี)



ตะกรุด

หนังสือภาพพุทธประวัติ ๔ สี

พระพุทธเจ้าน้อย
ขนาดสูง ๑๐ เซนติเมตร

๑ ตารางวา รับ ตะกรุด

๕ ตารางวา รับ หนังสือภาพพุทธประวัติ ๔ สี

๑๐ ตารางวา รับ พระพุทธเจ้าน้อย ขนาดสูง ๑๐ เซนติเมตร

ติดต่อแจ้งความจำนงสั่งจองที่ดิน ๐ ๓๖๗๗ ๑๓๐๐